

UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

THÈSE PRÉSENTÉE À
LA FACULTÉ DES LETTRES ET SCIENCES HUMAINES

COMME EXIGENCE PARTIELLE
DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE (D.Ps.)

PAR
©TANIA GHOLAM

LES ATTEINTES À L'ESTIME DE SOI LIÉES À LA NON-RECONNAISSANCE
DE L'IDENTITÉ PROFESSIONNELLE CHEZ LES IMMIGRANTS AYANT
UNE PROFESSION RÉGLEMENTÉE ET LEURS RÉPERCUSSIONS
SUR LE PROJET MIGRATOIRE

DÉCEMBRE 2017

Sommaire

La présente recherche explore les atteintes à l'estime de soi liées aux difficultés chez les immigrants d'obtenir le permis de pratiquer leur profession au Québec, avant que certaines démarches n'aient été effectuées en fonction des exigences de l'ordre professionnel concerné. Elle examine également l'effet des difficultés encourues sur le projet migratoire. Six personnes immigrantes originaires de cinq pays différents et représentant cinq professions réglementées distinctes ont participé à l'étude. Ces participants ont eu un parcours professionnel d'au moins deux ans dans leur pays d'origine avant leur arrivée au Québec. De plus, ils ont tous eu au préalable de l'information relative aux exigences liées à l'obtention d'un permis de pratique de leur profession au Québec. Une entrevue semi-structurée a été menée auprès de chacun des participants. Par la suite, des récits phénoménologiques rendant compte de l'expérience personnelle de chacun ont été rédigés. S'ensuit une analyse transversale des phénomènes décelés à travers les récits. Les résultats indiquent la présence des principaux obstacles rencontrés lors des démarches faites pour accéder à l'exercice d'une profession réglementée et qui ont un impact sur l'estime de soi. Les participants parlent notamment de la longueur des démarches, de l'écart entre l'occupation actuelle et la profession de base ainsi que de l'effet de la comparaison sociale sur leur estime de soi. Ces différents obstacles génèrent des émotions négatives, telles que le découragement, la déception, la colère et la culpabilité. Ainsi, les résultats révèlent des répercussions tant sur le plan de l'estime de soi globale que de l'estime de soi professionnelle. Finalement, en raison des difficultés et de leurs répercussions, le projet migratoire a été remis en question par la majorité des participants.

Mots clés : Immigrants, reconnaissance professionnelle, estime de soi, projet migratoire

Table de matières

| | |
|--|------|
| Sommaire | ii |
| Remerciements | viii |
| Introduction | 1 |
| Contexte théorique | 6 |
| L'immigration..... | 7 |
| Le processus d'adaptation | 9 |
| Le processus d'intégration | 11 |
| Le processus d'acculturation..... | 12 |
| Le concept de l'identité | 14 |
| L'identité professionnelle dans le contexte migratoire | 16 |
| L'estime de soi et la reconnaissance professionnelle | 20 |
| Deux concepts interdépendants : l'estime de soi globale et l'estime de soi spécifique | 20 |
| L'estime de soi liée au travail | 23 |
| L'estime de soi et l'insertion professionnelle | 24 |
| Les conséquences de la non-reconnaissance professionnelle sur le projet migratoire..... | 26 |
| Un survol des études portant sur l'accès à l'emploi et le bien-être chez des personnes immigrantes..... | 30 |
| Les objectifs de l'étude..... | 35 |
| Méthode | 37 |

| | |
|---|-----|
| L'échantillon..... | 38 |
| La collecte de données..... | 41 |
| L'analyse des données | 43 |
| Quelques considérations d'ordre éthique..... | 45 |
| Résultats | 47 |
| Le parcours migratoire des participants et le récit de leurs expériences en lien avec le désir de reconnaissance professionnelle au Québec | 48 |
| Le premier participant : Nader | 49 |
| La deuxième participante : Layal | 56 |
| La troisième participante : Alexa | 67 |
| La quatrième participante : Sonia..... | 77 |
| La cinquième participante : Adriana | 86 |
| Le sixième participant : Juan..... | 96 |
| L'analyse transversale des récits | 105 |
| L'expérience d'un projet migratoire | 106 |
| Le dévoilement d'atteintes à l'estime de soi | 110 |
| Des phénomènes qui ont induit des atteintes à l'estime de soi | 112 |
| Des phénomènes induits par les atteintes de l'estime de soi..... | 126 |
| Discussion | 130 |
| Le projet migratoire | 132 |
| L'établissement et le difficile processus d'intégration | 133 |
| La lourdeur des démarches | 134 |

| | |
|---|-----|
| La nécessité de travailler pour subvenir aux besoins | 135 |
| L'écart entre l'occupation trouvée et la profession de base | 136 |
| L'insatisfaction dans l'emploi actuel | 138 |
| L'effet de la comparaison sociale sur l'estime de soi | 138 |
| Des répercussions sur le plan personnel | 139 |
| Des réactions émotionnelles | 142 |
| Le découragement | 142 |
| La déception | 144 |
| La colère | 144 |
| Le sentiment de culpabilité | 145 |
| Des stratégies d'adaptation | 146 |
| L'envie de retourner au pays d'origine | 146 |
| Une réorientation de carrière | 148 |
| Les retombées estimées | 151 |
| Les retombées sur le plan des connaissances | 151 |
| Les retombées pratiques | 152 |
| Des orientations que pourraient prendre des recherches futures..... | 154 |
| Les forces et les limites de l'étude | 155 |
| Les forces | 155 |
| Les limites | 156 |
| Conclusion | 158 |
| Références | 163 |

| | |
|---|-----|
| Appendice A : Lettre de collaboration du Carrefour Jeunesse Emploi..... | 169 |
| Appendice B : Formulaire de consentement libre et éclairé | 171 |
| Appendice C : Fiche de données sociodémographiques | 184 |
| Appendice D : Canevas d’entrevue..... | 186 |

Remerciements

Tout d'abord, je tiens à remercier ma directrice de thèse, la professeure Nicole Chiasson, d'avoir accepté de diriger ce travail. Par ses judicieux conseils, son soutien et sa patience, la présente thèse a pu prendre finalement forme. Ses multiples relectures et ses corrections ont été fortement appréciées.

Je remercie tous les participants qui ont accepté de participer aux entrevues. Leur précieuse collaboration a permis de faire entendre la voix d'une population immigrante qui a un parcours de reconnaissance professionnelle assez complexe. J'espère que cette étude puisse contribuer à la sensibilisation aux difficultés que vivent les immigrants ayant une profession réglementée.

Enfin, je souhaite exprimer ma reconnaissance à ma petite famille, surtout à mon bébé d'amour Tara, pour avoir respecté que la thèse occupe autant de temps et de place dans le quotidien de maman ces derniers mois.

Introduction

« Avant j'étais sécurisée par mon milieu qui avait une fonction de base de sécurité; les événements de la vie – misères, guerres, etc. – m'ont obligée à immigrer et me voilà dans un milieu qui me déstabilise totalement » (Mary Ainsworth, citée dans Cyrulnik, 2007, p. 319). Cette citation révèle que l'immigration dépasse de loin le simple fait de quitter son pays d'origine pour s'installer dans un autre pays. C'est un mouvement qui entraîne une perte du cadre culturel ainsi que des habiletés de repérage nécessaires au décodage du monde externe. Cette perte, tant sur le plan familial que culturel, entraîne un bris dans les constructions individuelles et collectives, plaçant l'individu face à un réaménagement, aussi bien au niveau de son identité individuelle que collective. Cette perte pourrait être vécue comme un sentiment de rupture entre le monde interne et externe. Selon Winnicott, tel que cité dans Welnowski-Michelet (2008), c'est l'héritage culturel qui assure cette continuité surtout qu'il « peut être envisagé comme le code individu–social, encodeur et décodeur, des représentations et des affects plus ou moins soûplement organisés et mobiles, dans une aire culturelle et pour un sujet singulier » (p. 75). Dans le cas de l'immigré, cet héritage n'est plus en mesure de remplir cette fonction de continuité. L'immigré se retrouve donc dans une situation où il trouve difficile d'articuler son monde interne avec son nouvel environnement. Selon Legault et Fronteau (2008), il est confronté à la menace de perdre son identité propre et à la peur qu'elle soit suppléée par celle de l'étranger. Or, comme l'explique Giust-Desprairies (1996), l'identité est un :

Processus complexe d'ajustement continu entre des logiques psychiques et des logiques sociales, [...] toujours en construction, toujours inachevée, [elle] surgit comme question dans les situations de crises. La préoccupation identitaire est en effet à la mesure de la menace vécue par la remise en cause des repères, des étayages qui permettaient d'éprouver le sentiment d'une continuité, celui d'une cohérence suffisante. (p. 2).

L'identité professionnelle de l'immigrant ne fait pas exception à la règle. Elle va être menacée et prise aussi au sein d'un réajustement identitaire, surtout qu'elle «renvoie à un processus de négociation avec l'environnement» (Cardu, 2008, p. 3).

Somerville et Walsworth (2010) avancent que l'immigrant est habituellement confronté à la non-reconnaissance de son identité professionnelle lorsqu'il cherche à intégrer le marché du travail et qu'il se heurte à une réalité qui ne concorde pas avec celle imaginée. Souvent, cela implique l'absence d'une reconnaissance totale des acquis et des compétences professionnelles par les instances concernées et, par conséquent, une incapacité de pratiquer dans son champ professionnel, sans formation ou expérience complémentaire. Cette réalité place l'immigrant face à un réel paradoxe, notamment au Québec où la sélection pour l'immigration se fait en donnant aux études et aux expériences professionnelles une place importante, sans pourtant assurer la possibilité de mettre leurs compétences acquises à profit. D'ailleurs, selon les données tirées du recensement de la population de 2006 de Statistique Canada, les immigrants dotés d'un diplôme étranger ont plus de difficultés à exercer une profession réglementée dans leur domaine d'études au Québec que dans les autres provinces canadiennes (Zietsma, 2010); seulement 19 % d'entre eux accèdent au statut professionnel convoité. En 2008, environ 45 % des

nouveaux immigrants au Canada détenaient un diplôme universitaire (Houle & Yssaad, 2010). Néanmoins, malgré un niveau élevé de scolarisation chez les nouveaux arrivants, ceux-ci rencontrent des obstacles importants pour pouvoir intégrer le marché du travail. Les obstacles rencontrés par les immigrants ayant une profession réglementée sont d'autant plus importants. Ces derniers sont confrontés non seulement à l'estimation de l'employeur par rapport à leurs études et leurs expériences professionnelles mais aussi aux exigences d'un ordre professionnel pour exercer la profession.

La présente étude s'inscrit dans le désir d'étudier l'estime de soi prise au sein de ce conflit entre l'identité réelle et l'identité virtuelle de l'immigrant ayant une profession réglementée et qui est confronté dans son insertion socio-économique à un regard qui renvoie à la dépréciation et à la non-reconnaissance. Aussi, dans le cadre de la présente recherche, de nature qualitative, six immigrants ayant une profession réglementée sont invités à partager leur expérience dans le but d'étudier les atteintes à l'estime de soi dues à la non-reconnaissance de l'expérience professionnelle ainsi que les répercussions de cette non-reconnaissance sur le projet migratoire.

La thèse est divisée en quatre sections principales. Elle débute par un contexte théorique où il sera question des conditions à l'intérieur desquelles s'articule la problématique de l'étude, soit le processus d'immigration et les réajustements identitaires qu'il peut induire. Cette section traite aussi d'un autre concept clé de la présente étude, soit l'estime de soi aux prises avec différents défis et obstacles rencontrés lors de la

procédure visant à obtenir la reconnaissance professionnelle. Finalement, un troisième concept sera exposé, soit le projet migratoire et les différents effets induits par la non-reconnaissance professionnelle. Un survol des études conduites sur l'impact de la non-reconnaissance professionnelle sur l'estime de soi s'ensuit ainsi que la présentation des objectifs spécifiques de l'étude.

Dans la deuxième section, une présentation de l'échantillon, de l'instrument de collecte des données ainsi que de l'approche phénoménologique dans laquelle s'inscrit l'analyse des données permet de rendre compte de la méthode de recherche déployée. Une explication de l'application des différentes règles inhérentes à l'éthique du projet sera aussi exposée.

La troisième section traite des résultats. Six récits phénoménologiques seront exposés ainsi qu'une analyse transversale des récits qui permet de dégager les points de convergence des expériences relatées. S'ensuit une quatrième section, la discussion, qui rend compte de l'interprétation des résultats au regard des objectifs de l'étude. Les retombées pratiques escomptées ainsi que des pistes de recherches futures seront mises de l'avant. Un regard sur les forces et limites de l'étude complètera cette dernière section principale de la thèse.

Contexte théorique

Le contexte théorique traite des concepts clés de la présente étude. Il présente les particularités du processus d'immigration ainsi que les réajustements qu'il induit au niveau de l'identité en général et, plus précisément, au niveau de l'identité professionnelle. Le concept de l'estime de soi y est aussi présenté, en insistant sur la corrélation entre les deux formes d'estime, globale et spécifique, afin de mettre en relief l'impact des obstacles à la reconnaissance professionnelle sur l'estime de soi en général. Le sujet est ensuite abordé au regard du projet migratoire, notamment pour relever les impacts de la non-reconnaissance professionnelle sur ce projet. La présente section expose finalement des études portant sur l'accès à l'emploi et le bien-être chez des personnes immigrantes. S'ensuit la formulation des objectifs de l'étude.

L'immigration

L'immigration, du verbe latin *immigrare*, signifie l'entrée dans un pays étranger pour s'y établir (Le Petit Robert, 2012). C'est un phénomène qui date depuis la nuit des temps, les individus se déplaçant pour plusieurs raisons. Les uns quittent leur pays natal pour fuir la pauvreté, l'oppression ou la guerre et d'autres, sans être exposés à de telles réalités, décident de partir à la recherche de nouvelles opportunités économiques ou de meilleures conditions de vie. Le Canada est un pays d'accueil depuis toujours, cependant les formes et les mouvements qu'il a connus ont changé au cours de son histoire. Actuellement, les enjeux qui régissent l'immigration au Canada ainsi qu'au Québec relèvent du registre

économique et démographique. Notamment, le Canada connaît un vieillissement rapide de la population associé à une baisse de la natalité. Ainsi, comme le soutient Rachédi (2008, p. 17), « le volume des flux migratoires est donc un enjeu majeur au regard de la croissance démographique au Canada et au Québec ». Par ailleurs, la sélection des personnes qui immigreront au Canada se fait selon un système de points d'appréciation de certaines caractéristiques afin de choisir les immigrants les plus aptes à combler les lacunes dans le marché du travail. Les immigrants, hormis les réfugiés, sont donc sélectionnés selon leurs compétences professionnelles.

L'immigration est en soi une expérience enrichissante du fait de l'ouverture de l'individu vers d'autres lieux et de nouveaux environnements culturels. Elle demeure néanmoins une expérience déstabilisante et douloureuse où l'immigré se trouve confronté à la problématique du deuil des pertes qu'il a subies. Selon Daguerre (2010), chaque individu vit le deuil différemment. Ce dernier peut s'étaler sur une petite période de temps ou il peut durer toute une vie. Le temps demeure un facteur important dans la diminution de cette souffrance, particulièrement quand l'immigré se permet de l'utiliser pour pouvoir vivre pleinement les expériences relatives aux différentes phases du processus migratoire. Ces dernières constituent une forme d'enchaînements; elles peuvent s'influencer mutuellement et avoir des conséquences sur la réussite du parcours migratoire. D'après Abou (cité dans Legault & Fronteau, 2008), la trajectoire que les immigrants sont appelés à effectuer dans le pays d'accueil « recouvre trois processus distincts qui se déroulent

spontanément, mais à des rythmes différents, à trois niveaux du réel : ce sont les processus d'adaptation, d'intégration et d'acculturation » (p. 45).

Le processus d'adaptation

Selon Berry (1997), l'adaptation renvoie en général à des modifications de la part des individus ou des groupes face à des changements dans l'environnement. Pour De Rudder (cité dans Legault & Fronteau, 2008), ces modifications peuvent être relatives aux particularités du milieu physique (climat, logement, etc.), mais elles concernent aussi tout changement opéré par l'individu pour qu'il puisse s'intégrer au milieu social. Ce processus est vécu par tous les immigrants sans exception, mais il peut se manifester différemment selon leurs besoins. Certains vont avoir tendance à aménager leur nouvel espace afin qu'il reflète une image conforme à l'ancien, et cela en entretenant leur ancien mode de vie. D'autres vont avoir recours à leur communauté ethnique afin d'atténuer l'impact du choc que représente le passage à une nouvelle société. Pour sa part, Abou (cité dans Legault & Fronteau, 2008) rappelle l'existence d'une autre catégorie d'immigrants, soit ceux qui ne vivent pas de crainte face à un nouvel environnement, souvent à cause de leurs qualifications professionnelles.

Legault et Fronteau (2008) expliquent que l'adaptation est généralement marquée par deux phases, l'arrivée physique et l'arrivée psychologique. La première phase est de courte durée et elle est caractérisée par le dépaysement. Face à la nouveauté et à l'étrangeté, l'immigrant fonctionne selon un mode de découverte et d'exploration qui

l'aide à se familiariser avec son nouvel environnement et à établir ses premiers repères. Quoique cette période soit source d'intérêts, elle signifie aussi une perte *des schèmes de référence* conduisant l'individu à adopter une attitude de tâtonnement et d'imitation afin de s'habituer aux nouveaux codes et de les apprivoiser. Après cette première période d'adaptation physique, commence la phase de l'arrivée psychologique qui est caractérisée par l'établissement. D'après Legault et Fronteau, durant cette seconde phase du processus d'adaptation, l'individu peut vivre un repli sur soi en raison d'une réévaluation des motifs de son émigration et de ses attentes en tant qu'immigrant, et cela en fonction de la réalité qu'il confronte dans le pays d'accueil. Cette phase se caractérise par une forme de fatigue et d'anxiété due à la multitude d'impressions suscitées par l'environnement et dont le sens lui échappe. Cette méconnaissance de l'essence de la culture du pays hôte se traduit par un état de fatigue et la difficulté qu'a l'individu de s'exprimer ou de communiquer ce qu'il est en train de vivre.

Ainsi, face à la nouveauté et à l'étrangeté, l'immigrant est confronté à la nécessité de réapprendre certaines tâches de la vie quotidienne qu'il perçoit comme étant dures et laborieuses, surtout qu'il est habité par un sentiment de doute. C'est cette étrangeté qui est à la base de son doute, aussi bien à l'égard des faits observés que de leur interprétation. Le tiraillement entre la culture du pays d'origine et celle du pays hôte se trouve exacerbé par la fatigue engendrée par les différentes exigences du processus d'adaptation.

Le processus d'intégration

Abou (2006, p. 82) définit le processus d'intégration comme étant « l'insertion des immigrés dans les structures économiques, politiques et sociales de la société réceptrice ». Pour leur part, Legault et Fronteau (2008) parlent d'un processus multidimensionnel où l'immigrant doit s'adapter aux différentes dimensions de la vie collective de la société hôte, nommément les dimensions personnelle, familiale, linguistique, socioéconomique, institutionnelle, politique et communautaire.

L'immigrant, dans son intégration à la société d'accueil, est confronté à une nouvelle culture et à un nouveau système de valeurs. Cette confrontation est à la base d'un choc culturel qui a été défini par Oberg (1960) comme étant l'anxiété qui résulte de la perte des signes familiers et des symboles des relations sociales. Pour sa part, Cohen-Émérique (1980, p. 128), qui a largement influencé la compréhension de ce phénomène, définit le choc culturel comme étant :

Une réaction de dépaysement, plus encore, de frustration et de rejet, de révolte et d'anxiété ou même d'étonnement positif, en un mot une expérience émotionnelle et intellectuelle qui apparaît chez ceux qui [...], hors de leur contexte culturel, se trouvent engagés dans l'approche de l'étranger.

Abou (2006) avance que le choc culturel va être d'autant plus important qu'il va impliquer une remise en question de l'identité. Cette crise d'identité, qui pourrait être source d'affects dépressifs, peut pousser l'immigrant à envisager le retour au pays d'origine afin d'essayer de calmer la crise. C'est ainsi que Abou soutient que :

Le processus de l'intégration et les métamorphoses de l'identité qu'il entraîne, tels qu'ils sont vécus par les immigrés, mêlent inextricablement les données objectives aux motivations subjectives et les réfèrent à un cadre temporel incertain qui oscille sans cesse entre le retour au passé et la visée du futur. (p. 80).

Legault et Fronteau (2008) expliquent que l'expérience du choc culturel pousse l'immigré dans un premier temps à prendre conscience de l'impact de sa culture d'origine sur son propre système de valeurs pour ensuite l'engager, dans un deuxième temps, à relativiser ses schèmes de pensée afin de les changer. Le processus d'intégration est généralement un processus très lent et son accomplissement se définit par un équilibre qui permet à l'immigré d'accepter une remise en question de son identité. Dans un tel cas, Legault et Fronteau parlent d'une phase d'ouverture qui est caractérisée par l'accomplissement du processus d'intégration. L'immigrant est désormais capable de s'ajuster à son nouvel environnement, d'investir le présent en acceptant certaines des valeurs et croyances de la société d'accueil.

Le processus d'acculturation

Selon Abou (cité dans Legault et Fronteau, 2008), un troisième processus, nommé processus d'acculturation, accompagne le processus d'intégration. Sa forme est toutefois beaucoup plus complexe et le rythme plus lent que ce dernier. L'auteur définit ce long processus complexe comme suit : c'est « l'ensemble des interférences culturelles que les immigrés et leurs enfants subissent, à tous les niveaux de l'adaptation et de l'intégration, par suite de la confrontation constante de leur culture d'origine avec celle de la société d'accueil » (cité dans Legault et Fronteau, p. 62). Cette confrontation met l'individu face

à l'étranger aussi bien au niveau du milieu physique qu'au niveau des éléments qui constituent l'identité ethnoculturelle, tels : la langue, les représentations, les croyances. Lafortune et Kanouté (2007, p. 39) définissent cette identité en faisant référence « à cette conscience qu'a l'individu (et ses vis-à-vis) d'appartenir à un groupe ethnique et culturel particulier, et à la manière dont ces caractéristiques ethniques et culturelles guident sa conduite, lui permettent d'organiser et d'interpréter le réel ». En fait, d'après ces auteurs, l'identité ethnoculturelle est alors remise en question, rendant fondamental de faire des ajustements entre ce qui appartient à la culture d'origine et ce qui est présenté par la culture de la société d'accueil, afin de préserver « une image de soi cohérente et satisfaisante » (p. 40). Cet ajustement entre les deux cultures est décrit en termes d'acculturation par Berri (cité dans Lafortune & Kanouté, 2007) ou de stratégies identitaires par Camilleri (cité dans Lafortune & Kanouté, 2007). Ces stratégies ne sont pas des choix définitifs mais des comportements adoptés dépendamment des circonstances afin de protéger l'identité menacée dans son intégrité. Les valeurs, l'histoire individuelle, les caractéristiques psychologiques sont autant d'éléments capables de déterminer le choix des stratégies qui ne seront pas inévitablement les mêmes pour deux individus dans une même situation.

De son côté, Abou (cité dans Legault & Fronteau, 2008) avance que l'acculturation est d'autant plus aisée et rapide s'il existe une affinité entre les modèles et les valeurs de la culture d'origine et celles du pays d'accueil. Selon Schnapper (cité dans Legault & Fronteau, 2008), les relations culturelles et politiques que les migrants créent avec la société d'accueil ne sont pas égalitaires; les personnes qui immigreront sont confrontées à

une entité (politique, sociale, historique) déjà fondée et dans laquelle ils doivent s'insérer. Cela ne se fait pas sans affecter leur sentiment d'identité.

Le concept de l'identité

Mucchielli (2003) souligne la complexité du concept de l'identité et le considère comme faisant partie d'une structure relationnelle. Ainsi, l'identité d'un « acteur » prend sens dans les relations qu'il entretient avec les autres « acteurs », et ceci dans une forme de « négociations circulaires des identités de chacun » (p. 36). L'identité est donc définie comme étant un processus dynamique. Mucchielli insiste sur l'émergence du sens de l'identité d'un acteur dans un système relationnel prenant place dans un contexte de vie particulier. Il parle aussi du sentiment global d'identité qui est composé de sentiments multiples. Les écrits de cet auteur ont été retenus pour la conception multidimensionnelle de l'identité qu'il met de l'avant et l'accent qu'il met sur son aspect relationnel et émotionnel.

- Sentiment de son être matériel. Au niveau individuel, il fait référence au schéma corporel et à l'ensemble des stimulations sensorielles qui permettent de prendre conscience de son existence. Au niveau du groupe, c'est la conscience partagée par tous les membres des caractéristiques matérielles qui déterminent l'existence du groupe.
- Sentiment d'appartenance. Celui-ci implique une identification personnelle au groupe par l'intégration et l'adoption de ses valeurs, normes et habitudes.

- Sentiment d'unité et de cohérence, lequel se base sur la structure cognitive. Cette structure se construit à partir des différentes expériences vécues par l'individu et organise les différentes informations reçues. Bref, elle assure la cohérence de son être.
- Sentiment de continuité temporelle : « le fait que le sujet se perçoit le même dans le temps et se représente les étapes de sa vie comme un continuum » (Mucchielli, p. 71). Les changements qui surviennent dans la vie de l'individu ne constituent pas une menace tant qu'ils sont perçus par lui comme une continuité. Ce sentiment pourrait être menacé quand les changements sont vécus comme une rupture provoquant ainsi des crises identitaires.
- Sentiment de différence, lequel est fondamental. Il permet à l'individu de se rendre compte de sa singularité, de son identité personnelle.
- Sentiment de valeur ou d'estime de soi. L'individu cherche à se faire valoir auprès des personnes qui sont importantes pour lui. Le regard de l'autre compte et la valeur qui en découle est à la base du sentiment d'être. Le sentiment de valeur se développe corrélativement au sentiment de confiance et de sécurité.
- Sentiment d'autonomie qui est en lien étroit avec le sentiment d'appartenance. Pour pouvoir affirmer son identité personnelle, l'individu doit avoir acquis le sentiment d'appartenance à un groupe de ses semblables et se sentir en même temps autonome par rapport aux influences du groupe.
- Sentiment de confiance. Celui-ci s'acquiert dans la relation à l'autre et se structure à partir des relations positives de personnes significatives dans l'entourage du

sujet. Mucchielli précise que « c'est sur ce sentiment de confiance de base que l'identité peut s'asseoir » (p. 78).

- Sentiment d'existence et d'effort central (ou le projet). Avoir un but défini, un projet est essentiel pour le développement de l'individu. L'identité prend ainsi sa force dans le système de valeurs qui oriente les buts existentiels de l'individu. Ce dernier acquiert un sentiment de bien-être par sa capacité d'accomplir ses motivations et de mettre en œuvre le système de valeurs qui oriente sa vie.

Pour sa part, Daguerre (2010) parle de la nécessité d'établir un équilibre entre ces différents sentiments et d'une flexibilité dans la formation de l'identité. Quant à Mucchielli (2003), il complète sa théorie de l'identité en expliquant que les différents sentiments sur lesquels se fonde le sentiment d'identité seraient liés à des besoins tels le besoin de sensations, le besoin de points de repères, le besoin de considération, le besoin de possession, le besoin de connaissance et le besoin d'objectifs. Or, des failles au niveau de ces besoins vont surgir lors du processus d'immigration, engendrant ainsi un déséquilibre au sein de cet ensemble de sentiments, d'où une menace identitaire. Étant une composante de l'identité globale de la personne, cette menace va toucher aussi l'identité professionnelle.

L'identité professionnelle dans le contexte migratoire

Selon les travaux de Sainsaulieu (cité dans Welnowski-Michelet, 2008), l'identité professionnelle est considérée comme l'une des composantes centrales du sentiment

d'identité sociale et de l'identité au regard de l'autre. L'individu peut se référer facilement à son appartenance socioprofessionnelle pour se définir. L'identité professionnelle est ainsi mise en avant par rapport aux autres aspects de l'identité globale. Bien que les compétences professionnelles soient considérées comme un atout dans le processus de sélection des immigrants au Canada, les immigrants ayant une profession réglementée rencontrent généralement d'importants obstacles à l'obtention du permis pour pratiquer leur profession au Québec. Or, cette non-reconnaissance de leur identité professionnelle va venir exacerber la crise identitaire du migrant, surtout que, selon Dubar (2010), l'identité professionnelle est une forme de négociation entre l'identité « réelle » qui est une identité par laquelle l'individu se définit, et l'identité « virtuelle » qui est l'identité conférée par les autres. Ainsi, la menace identitaire que le migrant peut expérimenter lors du processus d'immigration se traduit au niveau de l'identité professionnelle par un conflit entre l'identité réelle et l'identité virtuelle à partir du regard de non-reconnaissance que l'autre lui renvoie.

La confrontation entre ces deux identités peut mener à un processus du deuil de l'identité professionnelle, et ce, dépendamment des contraintes de la reconnaissance professionnelle rencontrées. Une reconnaissance qui s'avère être souvent un processus exigeant et coûteux, dont l'issue n'est nullement garantie. À la lumière de données de Statistique Canada, Zietsma (2010) souligne que les immigrants qui ont fait des études en droit affichent le taux d'appariement le plus bas (12 %), alors que le taux pour ceux qui ont reçu une formation en génie n'est que de 19 % et celui des immigrants qui ont reçu

une formation en enseignement n'est que de 20 %. Les immigrants médecins n'échappent pas à cette réalité. Blain, Fortin et Alvarez (2014) ont mené une étude auprès de trente et un médecins diplômés à l'étranger afin de démontrer comment, dans le processus de reconnaissance professionnelle, l'identité professionnelle du médecin étranger est malmenée au Québec. Si quinze médecins de leur échantillon ont réussi à intégrer la profession médicale au Québec, leur processus de reconnaissance professionnelle a été semé d'obstacles et épuisant, tant au point de vue humain que financier, et s'est étendu sur plusieurs années (trois à dix ans). L'autre moitié de l'échantillon (16 personnes) en est venue à changer de métier et s'est réorientée vers des professions non médicales.

Comme l'explique Giust-Desprairies (1996, p. 1), « l'identité procède d'une tension potentiellement conflictuelle entre les logiques sociales et les nécessités psychiques des individus. Cette tension, inhérente à la complexité de la construction psychosociale, marque le pôle dynamique de l'identité faite de réajustements renouvelés ». L'identité professionnelle prise dans ce conflit sera sujette elle aussi à des réaménagements. Le processus identitaire est dynamique, permettant ainsi à l'individu de donner sens à soi-même à travers cette nouvelle rencontre entre des objets extérieurs, sociaux et des besoins internes psychiques. L'immigrant se résigne souvent à changer en conséquence ses stratégies professionnelles. Des réorientations professionnelles sont envisagées; l'immigrant réinterprète sa trajectoire professionnelle et essaie de choisir une profession proche de sa profession de base. La confrontation avec les exigences de la réalité externe peut par contre le pousser à choisir une profession qui s'inscrit dans un domaine différent,

comme ce fut le cas pour la moitié de l'échantillon de l'étude de Blain et al. (2014). Pour ces auteurs :

La réorientation professionnelle entraîne clairement des stratégies identitaires, telles que la relativisation, la valorisation du nouveau poste comme professionnel ou l'accent porté sur la valeur du travail. Les cas où aucune stratégie de protection identitaire n'est possible peuvent entraîner un deuil professionnel particulièrement difficile à vivre. (p. 150).

L'acquisition d'un nouveau statut professionnel peut ainsi être vécue comme une régression difficile à accepter, surtout si le choix a été fait en raison d'une incapacité de surmonter les obstacles jumelés au besoin de répondre aux exigences de la vie quotidienne. Selon Welnowski-Michelet (2008), le travail de deuil généré par cette situation diffère de celui du deuil classique, par le fait que l'objet perdu entraîne une perte de l'identité du sujet. La perte de cette identité due à la non-reconnaissance professionnelle correspond pour l'immigrant à « un renoncement à une image de soi professionnelle idéalisée, à la reconnaissance acceptée de la rupture » (Welnowski-Michelet, p. 108). Il y a travail de deuil, si l'immigrant est capable d'accepter cette perte aussi bien sur le plan de la raison que de l'affect. Welnowski-Michelet insiste sur l'importance de l'étayage dans un environnement « suffisamment bon » pour l'accomplissement d'un tel travail. Dans le cas de l'immigration, le nouvel environnement ne peut pas assurer le soutien requis dans un premier temps, le processus de deuil professionnel devant se vivre à travers les processus d'adaptation, d'intégration et d'acculturation décrits plus haut. Ce n'est qu'une fois l'équilibre établi entre les deux mondes du migrant que ce dernier va pouvoir accorder de la confiance à son nouveau milieu et, par conséquent, rétablir sa confiance en lui-même. Welnowski-Michelet avance que ceci va permettre la structuration d'un

nouveau système de valeurs et que « la confiance dans les valeurs restructurées de son identité primaire, permettra l'investissement dans une identité secondaire (socioprofessionnelle) » (p. 106).

L'estime de soi et la reconnaissance professionnelle

D'emblée, la situation d'immigration engendre un changement au niveau de l'identité : l'individu est un *immigrant*. Le sens qui émerge de cette identité, prise dans un nouveau système relationnel et dans une nouvelle expérience de vie, affecte l'estime de soi qui, tel que mentionné plus haut, est un des sentiments composant le sentiment global de l'identité (Mucchielli, 2003). Ce sentiment dépend énormément du regard de l'autre. Ainsi, la reconnaissance professionnelle, qui est basée sur l'opinion et le jugement de l'autre, affecte l'estime de soi de l'individu, aussi bien positivement que négativement. Dans les pages qui suivent, seront brièvement exposées en premier lieu les différentes formes du concept de l'estime de soi, notamment l'estime de soi globale et l'estime de soi spécifique. Par la suite, le volet professionnel de l'estime de soi et l'insertion professionnelle de l'immigrant dans la société hôte seront traités.

Deux concepts interdépendants : l'estime de soi globale et l'estime de soi spécifique

Déjà à la fin du 19^e siècle, James publie un ouvrage en psychologie où il aborde la notion d'estime de soi, intégrée au concept global de soi, alors que quelques années plus tard, en 1902, Cooley en fait de même (cités dans Vallières & Vallerand, 1990). En 1982, Ostrow (cité dans Vallières & Vallerand, 1990, p. 305) « estimait aux environs de sept

mille le nombre d'articles publiés sur le concept de soi » alors qu'en 1986, Rosenberg (cité dans Vallières & Vallerand, 1990, p. 306) avançait que « parmi ceux-ci, approximativement 90 % portaient plus spécifiquement sur l'estime de soi ». L'intérêt pour l'estime de soi en psychologie n'est certes pas récent. D'après Vallières et Vallerand (1990), il témoigne en outre de son importance sur la santé mentale des individus.

Rosenberg (cité dans Rosenberg, Schoenbach, Schooler, & Rosenberg, 1995), auteur notoire sur le sujet, avance que l'estime de soi est liée à l'acceptation, le respect et la satisfaction personnelle à l'égard de soi. En 1995, Rosenberg et al. écrivent un article sur deux formes distinctes de l'estime de soi : l'estime globale et l'estime spécifique. Ces auteurs stipulent que, bien que l'estime de soi globale était la forme prépondérante dans les différentes recherches menées sur ce concept au vingtième siècle, certains auteurs (Harter; Marsh; Marsh et Shavelson; Swann : tous cités dans Rosenberg et al., 1995) ont mis de l'avant l'importance d'étudier l'estime de soi spécifique. Ainsi, en 1990, Marsh rapportait que « plus récemment, la théorie a souligné la multidimensionnalité du concept de soi, et les études empiriques ont identifié des facettes distinctes a priori du concept de soi » [traduction libre] (p. 107).

Rosenberg et al. (1995) expliquent que l'estime globale est un jugement que porte l'individu sur sa valeur et elle est associée à son sentiment de bien-être personnel ou psychologique. De son côté, après une revue exhaustive des écrits qui traitent de l'estime de soi, Guindon (2002, p. 207) définit l'estime de soi globale comme suit :

Il s'agit de la composante évaluative de l'attitude envers soi, c'est-à-dire des jugements affectifs portés sur le concept de soi et qui relèvent de sentiments de valeur et d'acceptation, lesquels sont développés et maintenus à travers une prise de conscience de sa compétence, de son sentiment d'accomplissement et de la rétroaction de l'environnement externe. [traduction libre]

Guindon insiste dans sa définition de l'estime globale sur son caractère relativement stable et durable ainsi que sur tous les traits et caractéristiques subordonnés au soi qui le composent (p. ex., la compétence, la performance, un trait physique).

En contrepartie, comme l'expliquent Rosenberg et al. (1995), l'estime de soi spécifique est associée au comportement ou à ses conséquences dans différents domaines de vie. D'après ces auteurs, si les deux formes d'estime de soi sont corrélées et s'influencent mutuellement, elles ne sont ni semblables ni interchangeables. Alors que l'estime de soi spécifique est considérée comme une attitude envers des aspects particuliers de soi, son influence sur l'estime de soi globale dépend du rang qu'occupent ces différents aspects par rapport aux valeurs personnelles. Aussi, Rosenberg et al. ont trouvé en menant une étude longitudinale s'étalant sur 8 ans, auprès d'élèves provenant de 87 écoles secondaires dans 48 états des États-Unis d'Amérique, que des formes spécifiques de l'estime tendent à avoir plus d'influence sur l'estime de soi globale que le contraire. L'estime liée au travail serait une de ces formes spécifiques de l'estime qui affectent l'estime globale de l'individu.

L'estime de soi liée au travail

Le travail occupe en effet une place importante dans la vie de l'individu et il est considéré être un « vecteur d'identité » (Albert et al., 2003, p. 28), l'individu se définissant bien souvent par son métier ou sa profession. L'estime de soi rattachée au travail détient donc un rang important par rapport aux valeurs personnelles de l'individu et exerce par conséquent un impact sur son estime globale. Il s'avère donc pertinent de définir ici l'estime de soi professionnelle. D'après Carmel (1997, p. 591), il s'agit d'une « attitude individuelle envers sa compétence, sa performance et sa valeur professionnelle, le tout selon une dimension positive-négative » [traduction libre]. Étant une forme de l'estime spécifique, l'estime de soi professionnelle est donc corrélée à l'estime de soi globale. Mais à l'encontre de l'estime de soi globale qui reste supposément stable, l'estime de soi professionnelle est susceptible de changer avec le cheminement professionnel. Elle acquiert cependant une certaine stabilité une fois que l'individu sent qu'il s'est réalisé sur le plan professionnel.

Carmel (1997) a mené une recherche auprès de deux échantillons de médecins résidant en Israël dans le but d'étudier trois points : 1) la variabilité dans le statut professionnel des médecins en lien avec le prestige de l'établissement dans lequel ils travaillent, le stade du processus de spécialisation et le statut académique et administratif; 2) la corrélation entre l'estime de soi professionnelle et l'estime de soi globale, entre l'estime de soi globale et l'anxiété des traits; 3) la corrélation entre l'estime de soi professionnelle et la satisfaction au travail, l'épuisement professionnel et la satisfaction

dans la vie. Une échelle d'estime de soi professionnelle des médecins a été utilisée comme mode de cueillette de données. L'auteure conclut que l'estime de soi professionnelle se présente comme un concept susceptible d'expliquer les résultats du travail en termes d'épuisement professionnel ou de performance et de contribuer à l'explication de la satisfaction au travail ainsi qu'au sentiment plus général de bien-être dans la vie.

L'estime de soi et l'insertion professionnelle

Une connaissance de l'importance du travail sur l'estime de soi globale d'un individu et son sentiment de bien-être ouvre la porte à une meilleure compréhension de l'importance que revêt pour un immigrant l'insertion sur le marché du travail. L'intégration au travail est d'ailleurs un facteur essentiel dans le processus d'adaptation et d'intégration dans la société d'accueil. Or, avoir accès au marché du travail pour les professionnels immigrants n'est pas un processus facile. Ce parcours semble toutefois différer selon le pays d'origine de l'immigrant. Ainsi, en examinant les données de Statistiques Canada, Houle et Yssaad (2010) rapportent que les personnes provenant de régions anglophones (États-Unis et Royaume-Uni) qui cherchent à s'établir au Canada vont plus facilement et rapidement accéder à un emploi correspondant à leurs qualifications, comparativement aux ressortissants d'autres régions, incluant l'Europe de l'Ouest. Ils constatent qu'en matière de reconnaissance de l'expérience de travail, « seule la France se démarque du reste de l'Europe de l'Ouest » (p. 30). Ces auteurs concluent que la langue d'études est un « facteur essentiel » à la reconnaissance des qualifications de l'immigré.

Le déclassement professionnel que peuvent expérimenter les immigrants dans leur parcours d'insertion est un facteur qui vient intensifier la vulnérabilité due au processus migratoire. Lamia et Esparbès-Pistre (2004, p. 90) considèrent que lorsqu'il y a « discordance entre les réalisations et les aspirations et valeurs personnelles d'un individu, le sujet peut se juger inférieur en faisant une auto-dévalorisation, quel que soit le niveau des résultats qu'il a pu obtenir ». Cette affirmation suggère qu'un écart entre les aspirations ou attentes professionnelles et la nature du travail auquel l'individu a accès va entraîner un impact sur son estime de soi, surtout s'il s'agit d'un immigrant qui vit d'énormes chamboulements dans l'espoir d'améliorer son niveau de vie et celui de sa famille. Comme l'expliquent Béji et Pellerin (2010, p. 566) :

Plus le contraste entre les acquis et leurs reconnaissances est important et plus ce contraste se prolonge dans le temps, affectant négativement l'estime et la confiance en soi, les aptitudes relationnelles et amoindissant davantage les chances d'avoir un emploi correspondant à ses attentes.

L'impact sur l'estime de soi est aussi vécu face au regard de désapprobation, voire même parfois de rejet que l'autre pourrait renvoyer à l'individu. Car il ne faut pas sous-estimer le rôle crucial que l'autre joue dans la perception que l'individu peut avoir de lui-même, soit un rôle « d'autrui-miroir » selon les propos de Rodriguez-Tomé (cité dans Lamia & Esparbès-Pistre, 2004, p. 91). Lamia et Esparbès-Pistre (2004) mentionnent qu'un regard désapprobateur ou de rejet accentue le sentiment de vulnérabilité. Le sujet peut ainsi se retrouver dans une situation de détresse ayant le potentiel d'exacerber un état de mal-être.

James (cité dans Lamia & Esparbès-Pistre, 2004, p. 95) conçoit l'estime de soi comme un baromètre qui monte et descend en fonction des aspirations, de la qualité de l'expérience, des circonstances et des situations dans lesquels l'individu est impliqué. Selon Lamia et Esparbès-Pistre (2004), cette variabilité de l'estime de soi dépend aussi de la vulnérabilité émotionnelle de l'individu. Généralement, cette vulnérabilité est liée à l'écart qui peut exister entre le soi réel et le soi idéal.

Dans le cas de la non-reconnaissance professionnelle, la déqualification est considérée comme un facteur de vulnérabilité des immigrants sur le marché du travail (Béji & Pellerin, 2010). Cette vulnérabilité sera liée à cette divergence entre la profession occupée et leurs vraies qualifications professionnelles. Ceci pourrait se traduire en termes identitaires comme un écart entre l'identité réelle (les qualifications) et l'identité attribuée (l'emploi occupé). Plus l'écart entre les deux est important, plus l'estime de soi professionnelle est perturbée. Cette dernière va à son tour influencer l'estime de soi globale avec laquelle elle est en relation. Ainsi, le sentiment d'échec que peut entraîner l'incapacité d'accéder au permis de pratique de sa profession peut avoir une répercussion majeure sur l'estime de soi d'un immigrant, d'autant plus si l'exercice de sa profession revêt une grande importance dans le projet migratoire du sujet.

Les conséquences de la non-reconnaissance professionnelle sur le projet migratoire

Le projet migratoire est une notion qui est utilisée de plus en plus dans la littérature sur la migration. Fronteau (2000) parle de l'expérience migratoire comme étant un projet,

un trajet, un parcours. Il explique que le processus migratoire ne peut être considéré sans l'existence d'un projet migratoire qui est réfléchi, construit et réalisé par les migrants. De son côté, Odden (2010) mentionne que les différents auteurs qui traitent de ce concept s'accordent sur la perspective dynamique que revêt le projet migratoire, le définissant comme un indicateur de l'aptitude des migrants à se projeter dans le temps, d'une part, tout en étant en évolution permanente, d'autre part. Dans cette définition, les auteurs essaient de s'éloigner du modèle classique *push/pull* pour expliquer les migrations. Ce modèle considère l'existence des éléments attractifs positifs dans la société d'accueil et des éléments négatifs, répulsifs dans la société d'origine qui facilitent le départ. C'est une théorie qui repose sur une logique cause/conséquence qui prend juste une seule dimension en considération, la dimension économique.

Dans une étude sur l'immigration circulaire où l'auteure Boyer (2005) conçoit le projet migratoire comme étant dynamique, celui-ci est inscrit dans une dimension temporelle et contextuelle.

En tant que projection dans l'avenir, le projet se caractérise par une dimension temporelle fondamentale; il s'inscrit dans un continuum temporel qui participe à sa redéfinition constante. Le présent n'étant qu'une actualité de l'avenir et l'avenir n'étant qu'un futur prochain, le projet est sans cesse amené à être redéfini au fil de ce continuum en fonction du contexte et des stratégies sociales et/ou individuelles. Si nous ramenons cette remarque à l'analyse du projet migratoire, cela revient à dire qu'il se construit certes au départ, mais aussi tout au long de l'histoire migratoire, lors des séjours à l'étranger, comme lors des retours. (p. 52).

Boyer (2005) considère aussi que le projet migratoire ne se réduit pas à la dimension de l'individu mais qu'il englobe aussi le groupe. Il prend ainsi sens en articulant

différentes échelles sociales (individu, groupe de parenté, groupe de migrants et groupe social de référence).

De son côté, Ma Mung (2009) insiste dans sa conception du projet migratoire sur « les dispositions internes » du migrant et « les conditions externes, extériorité matérielle-sociale ». L'auteur articule la notion du projet migratoire autour de celle de la création migratoire qui est définie comme étant une « création d'univers de représentations, de normes, de codes, propres aux migrants, qui diffèrent, du fait de leur engagement dans la migration, de ceux des sociétés d'origine et de départ » (p. 11). La création de cet univers se fait simultanément avec l'élaboration du projet migratoire; ils s'alimentent l'un l'autre jusqu'à la concrétisation du projet. La migration engagée, la création d'un univers de représentations et le projet migratoire se redéfinissent en fonction des accomplissements du moment. Ainsi, selon Ma Mung, « le projet migratoire ne déclenche pas la migration dans une séquence linéaire du type formation du projet puis réalisation, c'est dans une certaine mesure l'action de migrer qui permet d'en avoir l'intention » (p. 11).

Le projet migratoire demeure un processus singulier propre à chaque sujet mais l'intégration socioprofessionnelle constitue une attente commune chez presque tous les immigrants. Ce concept est défini comme étant l'intégration du migrant sur le marché du travail concordant à ses attentes, principalement en ce qui concerne l'adéquation entre emploi et qualifications. Béji et Pellerin (2010) considèrent dans le cas des nouveaux arrivants que la réalisation du projet migratoire est estimée également à l'aune de la vitesse

de l'intégration socioprofessionnelle. Or, cette intégration professionnelle rencontre beaucoup d'entraves dont la non-reconnaissance des acquis et compétences des immigrants. Pellerin (2013, p. 132) mentionne que, « à force de multiplier les stratégies d'intégration et de se confronter aux mêmes barrières, chacun analyse sa situation, modifie ses comportements, réévalue ses attentes ou simplement change le regard qu'il porte sur son projet d'immigration ».

Afin d'éclaircir l'expérience d'insertion professionnelle chez des personnes immigrantes, Arcand, Lenoir-Achdjian et Helly (2009) ont mené une étude qualitative auprès de 22 Maghrébins en recherche d'emploi et 15 intervenants d'organismes gouvernementaux travaillant auprès d'une clientèle à la recherche d'emploi. Leur visée était de mieux comprendre les représentations que donnent des immigrants d'origine maghrébine aux difficultés qu'ils rencontrent à insérer le marché de l'emploi québécois. Ces immigrants parlent d'expériences d'échec en comparant les attentes liées à leur projet migratoire et la réalité rencontrée au Québec. Face aux obstacles qui les empêchent de s'insérer dans le marché du travail (non-reconnaissance par les ordres professionnels, exigence d'une expérience canadienne et absence de reconnaissance de leur expérience acquise à l'étranger, nécessité de connaître l'anglais, etc.), ces immigrants trouvent que leur identité professionnelle est niée alors qu'elle était pourtant à la base de leur sélection comme immigrants économiques.

Quand l'écart se fait grand entre les attentes de l'individu et les propositions de la société d'accueil, si cette société perd en grande partie ses aptitudes « d'étayage et de repérage » pour une perception de soi suffisamment positive, l'individu va devoir faire appel à ses ressources propres. Ainsi, comme l'explique Giust-Desprairies (1996, p. 3) :

Le processus identitaire, en effet fortement interpellé, émerge à ce moment-là dans le champ de conscience. Non seulement le sujet est appelé à faire un inventaire de ses capacités, de ses atouts, mais il est amené à se situer dans son itinéraire de vie, à formuler le sens qu'il prend ou qu'il lui donne et à s'assigner des objectifs ou à repenser ses objectifs et se résigner à des abandons.

Un survol des études portant sur l'accès

à l'emploi et le bien-être chez des personnes immigrantes

Bernstein a publié en 2000 une étude longitudinale auprès de médecins qui ont émigré de l'ancienne union soviétique pour s'établir en Israël. Le but de cette étude était de démontrer que la construction d'une identité professionnelle positive est indicatrice d'un bien-être psychosocial. Les participants avaient moins de 20 ans d'expérience professionnelle et ils devaient passer un examen écrit pour l'obtention du permis, pour pouvoir pratiquer en tant que médecins généralistes en Israël. La collecte des données s'est faite en trois étapes. La première étape a été faite en 1990 ($N = 1120$). Elle consistait en la passation d'un questionnaire auto-administré, en russe, pendant les cours de préparation pour les examens. La deuxième étape a été faite en 1993 par courrier ($N = 519$), utilisant à nouveau un questionnaire auto-administré en russe. L'intervalle de deux ans a été choisi afin de donner aux participants la possibilité de faire l'examen pour l'obtention du permis et de trouver un emploi. La troisième étape a eu lieu en 1995 ($N =$

502), les participants devant répondre encore une fois à un questionnaire auto-administré en russe et envoyé par courrier. Les données rapportées reposent sur les réponses de 387 participants ayant participé aux étapes un et deux et qui travaillaient comme médecins à l'étape trois. Dans cette étude, l'estime de soi globale a été mesurée à chacune des trois étapes par l'échelle d'estime de soi de Rosenberg (cité dans Bernstein). Quant à la dimension professionnelle, une mesure d'autoévaluation a été prise à l'aide de trois échelles : 1) l'échelle de l'estime de soi professionnelle développée par Carmel (cité dans Bernstein) et qui demande aux médecins d'évaluer leurs compétences professionnelles et de décrire la manière dont ils sont perçus par leurs collègues; 2) l'échelle MDROLE qui leur demande d'évaluer certaines composantes propres au rôle de médecin; 3) l'échelle qui leur demande de se comparer à leurs collègues israéliens. Les résultats montrent qu'il existe une forte corrélation entre la mesure de l'auto-évaluation professionnelle et l'estime de soi globale et particulièrement entre l'estime de soi professionnelle et l'estime de soi globale ($r = 0,47, p = 0,001$). La corrélation la plus importante est entre l'estime de soi professionnelle et la satisfaction au travail ($r = -0,25, p = 0,001$). Les résultats montrent également que l'estime de soi professionnelle est aussi liée à l'adaptation à la vie en Israël ($r = -0,22, p = 0,001$).

De leur côté, Aycan et Berry (1996) mènent aussi une étude longitudinale, dans ce cas-ci auprès d'immigrants turcs dans le but d'étudier l'impact du changement de la structure de l'emploi sur le bien-être psychologique et l'adaptation. La collecte des données s'est faite à partir de la distribution de 250 questionnaires à des immigrants turcs

à Montréal. Le choix de 150 participants s'est fait principalement de façon aléatoire à partir des listes des membres de deux associations ethnoculturelles; l'identification des 100 autres s'est faite dans des restaurants, cafés et clubs turcs où la chercheuse principale a expliqué personnellement l'étude aux clients. Elle a remis en main propre le questionnaire aux personnes qui se montraient volontaires. Cent dix-sept questionnaires ont été retournés et 110 ont été retenus. Le questionnaire utilisé mesurait le statut des immigrants en fonction de trois composantes : l'éducation, l'emploi et le revenu. L'éducation a été mesurée en fonction des études faites tant en Turquie qu'au Canada. L'emploi a été évalué à partir des questions ouvertes et les réponses ont été codées selon l'indice socio-économique de Blishen (cité dans Aycan & Berry). Quant au revenu, il a été évalué à partir d'un questionnaire spécialement conçu pour l'étude. La mesure du statut s'est effectuée en fonction de quatre périodes différentes : 1) le dernier emploi en Turquie, 2) les premiers six mois au Canada, 3) la fin de la première année au Canada et 4) le moment présent. Les résultats de l'étude révèlent une nette diminution du statut en général dans les premiers six mois mais, à la longue, une amélioration progressive est observée. Cette amélioration recouvre cependant davantage l'aspect du revenu que le statut professionnel. Une grande différence entre le statut socio-économique en Turquie et celui au Canada est relevée; cette différence est étroitement liée au stress d'acculturation qui est défini par Berry (2005) comme étant une réaction de stress, en réponse à des conflits culturels perçus comme étant difficiles mais contrôlables et surmontables. L'étude révèle aussi que les immigrants qui ont connu des pertes considérables au niveau de leur statut sont ceux qui sont les moins satisfaits de leur vie au Canada et de leur revenu, et que la

durée du chômage aussi bien que le statut d'emploi actuel ont un impact sur le bien-être psychologique et l'adaptation. Aussi, plus la durée de chômage au Canada est longue, plus les immigrants peuvent expérimenter du stress d'acculturation, un concept de soi négatif, une aliénation de la société et des difficultés d'adaptation. Ainsi, d'après les auteurs, les résultats de cette étude suggèrent qu'outre la fonction du travail consistant à assurer un revenu, le travail sert à donner un but à la vie, à spécifier le statut et l'identité et à créer des relations sociales.

Plus récemment, Sinacore, Mikhail, Kassan et Lerner (2009) mènent une étude qualitative auprès de 31 Juifs ayant immigré au Canada et en provenance de l'Argentine, de la France, d'Israël et de l'ancienne Union Soviétique. Leur visée était d'étudier le phénomène de la transition culturelle et de l'intégration des immigrants juifs dans la société québécoise et, plus particulièrement, dans la communauté juive. La collecte des données s'est faite à partir d'un questionnaire sociodémographique et d'une entrevue qualitative semi-structurée comprenant des questions ouvertes qui visent à explorer les expériences des participants dans le domaine de l'intégration, de l'éducation et de l'emploi dans la communauté juive et la société en général. L'analyse des données s'est faite selon une méthode phénoménologique (Creswell, cité dans Sinacore et al). Les auteurs mentionnent qu'à la suite de la non-reconnaissance de leur scolarité et de leur expérience professionnelle et à cause de leur incapacité financière à poursuivre les démarches d'équivalence de leurs études, les participants se retrouvent souvent au chômage ou dans des emplois sous-qualifiés. Cette réalité entraîne chez eux un sentiment de trahison et de

frustration face au gouvernement canadien et à leur communauté locale. Les participants rapportent que la perte de leur identité professionnelle engendre un manque de confiance et un sentiment général d'inadéquation. Il est relevé aussi que la perte de leur identité professionnelle, combinée à la perte du pays d'origine, du réseau social et de la famille élargie, entraîne un sentiment d'isolation dans leurs efforts de faire face aux difficultés rencontrées.

Les deux premières études citées, soit celles de Bernstein (2000) et Aycan et Berry (1996), se sont directement intéressées à l'impact de la reconnaissance de l'identité professionnelle sur le bien-être psychosociale et elles ont été déployées selon un devis quantitatif. Par ailleurs, seule l'étude de Bernstein menée auprès de médecins s'intéressait à explorer l'estime de soi des immigrants ayant une profession réglementée. Quant à l'étude qualitative de Sinacore et al. (2009), elle confirme le « sentiment général d'inadéquation » ressenti par des immigrants qui ne parviennent pas à accéder à leur profession. Aussi, bien que la non-reconnaissance de l'identité professionnelle survienne de façon récurrente dans la population immigrante, il existe des situations où les obstacles rencontrés sont plus complexes. Cela est notamment le cas lorsque ce n'est pas juste le regard de l'employeur qui détermine l'avenir professionnel de l'immigrant, mais que ce dernier est aussi confronté à celui d'un ordre professionnel. Il s'avère donc pertinent de se pencher davantage et en profondeur sur l'estime de soi de ces immigrants afin de parvenir à une meilleure compréhension de la dynamique psychique qui peut s'installer chez certains et de l'impact de ces obstacles sur le projet migratoire, un élément qui n'a pas été

relevé dans aucune des études recensées. Une étude selon un devis qualitatif est proposée pour aller investiguer en profondeur l'impact que pourrait avoir une menace identitaire sur l'estime de soi.

Les objectifs de l'étude

Tel qu'expliqué antérieurement, les obstacles rencontrés par les immigrants ayant une profession réglementée peuvent être particulièrement difficiles à franchir, ce qui fait de leur parcours de reconnaissance, selon Chamoux (2002/2003), un véritable « parcours du combattant ». Ce que la présente étude prétend amener de nouveau par rapport aux études recensées est le fait d'étudier de façon spécifique et approfondie les atteintes à l'estime de soi qui peuvent survenir du fait que le diplôme obtenu à l'étranger et l'expérience professionnelle d'une personne immigrante ne sont pas reconnus d'emblée par les ordres professionnels donnant accès à une profession réglementée. Elle s'intéresse également à évaluer les répercussions que peuvent avoir ces atteintes à l'estime de soi sur un projet migratoire. Les objectifs spécifiques, définis en termes opérationnels, sont les suivants :

- 1) Identifier chez des personnes ayant immigré au Québec les raisons qui ont mené à leur projet migratoire, en termes d'attentes et d'objectifs personnels, familiaux, et professionnels, ainsi que les stratégies de préparation qui ont été effectuées.
- 2) Décrire les démarches faites pour accéder à leur profession au Québec et, potentiellement, les atteintes cumulées à l'estime de soi en cours de démarches.

- 3) Décrire l'impact que peut avoir le fait de ne pas obtenir le droit de pratique sur la manière dont ils se perçoivent sur le plan personnel.
- 4) Décrire l'impact que peut avoir le fait de ne pas obtenir le droit de pratique sur la manière dont ils se perçoivent sur le plan professionnel.
- 5) Identifier l'impact de ne pas obtenir le droit de pratique sur le projet migratoire.

Méthode

Cette deuxième section principale de la thèse rend compte de la méthode de recherche. Précisons d'ores et déjà que c'est un devis de recherche qualitatif qui a été déployé, afin d'aborder et d'explorer le phénomène étudié dans sa complexité et sa globalité. Pour ce faire, une méthode de recherche phénoménologique a été adoptée et la parole a été accordée à des immigrants ayant une profession réglementée. Les pages qui suivent fournissent de l'information relative à l'échantillon et à la façon dont il a été recruté, à la méthode de collecte des données, ainsi qu'au processus d'analyse des données. Des considérations éthiques et déontologiques complètent cette section.

L'échantillon

Six participants, dont quatre femmes et deux hommes, ont été recrutés aux fins de la présente étude. Les participants sont des immigrants ayant une profession réglementée et ayant quitté leur pays d'origine pour venir s'établir au Québec. Cinq participants sont installés à Montréal et une participante habite dans une autre ville. Les participants ont eu un parcours professionnel d'au moins deux ans dans leur pays d'origine avant leur arrivée au Québec; ce critère d'inclusion permet de supposer que leur identité professionnelle était bien établie avant que ne s'impose celle d'immigrant. Ils parlent français (ce qui permettait la passation des entrevues sans recourir à un interprète) et ne sont pas autorisés à pratiquer leur profession au Québec, avant que certaines démarches ne soient effectuées en fonction

des exigences de l'ordre professionnel concerné. Les participants représentent cinq professions distinctes. Il était en effet visé d'avoir une certaine diversité de professions, afin de pouvoir cerner ce qui est commun à leurs expériences et non ce qui pourrait être attribuable à une profession spécifique. Le Tableau 1 présente les principales caractéristiques des participants, auxquelles un nom fictif a été attribué. Par ailleurs, chaque participant sera présenté plus à fond dans la section servant à présenter les résultats qui débutera par des récits relatant le parcours de chacun et chacune.

En ce qui concerne le recrutement, le Carrefour Jeunesse-Emploi (CJE) d'Anjou/Saint-Justin à Montréal a été sollicité dans un premier temps. Le sujet de recherche a été présenté à une conseillère d'emploi qui l'a expliqué à son tour à ses collègues afin qu'ils puissent orienter les clients potentiels à l'étude. Un seul participant a été recruté par cette voie, et ceci faute de ne pas avoir eu suffisamment de contacts avec des clients qui répondaient aux critères d'inclusion. Le Centre de services de santé et sociaux (CSSS) Cœur-de-l'Île a aussi été approché et plus précisément le Centre local de services communautaires (CLSC) de Villeray. Une présentation de l'étude a été faite aux intervenants des équipes suivantes : petite enfance, jeunes en difficulté et santé mentale jeunesse. Un seul participant a été ainsi référé. Compte tenu de la difficulté de recruter la totalité des participants par l'intermédiaire de ces deux institutions, les quatre autres participants ont été recrutés par la méthode de bouche à oreille.

Tableau 1
Description de l'échantillon ($N = 6$)

| Participant | Âge | Pays d'origine | Statut social | Domaine d'études | Nombre d'années au Québec | Emploi avant l'immigration | Occupation au moment de la collecte |
|-------------|-----|----------------|---------------|------------------------|---------------------------|---|--|
| Nader | 38 | Syrie | Marié | Didactique du français | 4 | Professeur de français | Aide-cuisinier chez Tim Hortons |
| Layal | 38 | Liban | Mariée | Pharmacologie | 15 | Pharmacienne et enseignante en pharmacologie en sc. infirmières | Enseignante en sciences dans une école secondaire Poursuit des études supérieures en enseignement |
| Alexa | 40 | Haïti | Célibataire | Médecine | 9 | Médecin | Agente de recherche en psychiatrie |
| Sonia | 34 | Roumanie | Mariée | Sciences infirmières | 5 | Infirmière | Entretien ménager (Congé de maternité) Suit un programme de 6 mois pour intégrer l'OIIQ |
| Adriana | 35 | Pérou | Mariée | Médecine dentaire | 7 | Dentiste | Assistante dentaire Aux études collégiales en hygiène dentaire |
| Juan | 36 | Pérou | Marié | Médecine dentaire | 7 | Dentiste | Aux études collégiales en gestion de la chaîne d'approvisionnement et logistique |

La collecte des données

L'entrevue individuelle semi-structurée a été retenue comme mode de cueillette des données, car elle permet de comprendre la perception du phénomène étudié, et ce, tel qu'il est vécu par les personnes concernées. Cette forme d'entrevue permet une profonde exploration du phénomène lorsque les participants sont invités à s'exprimer librement au regard de leurs opinions et de leurs idées, avec leurs propres mots, sans aucune forme de suggestion de la part de l'intervieweur. Les propos d'Esterberg (2002) à ce sujet sont très imagés : il compare l'entrevue semi-structurée à une danse dans laquelle l'intervieweur doit être soigneusement accordé aux mouvements de l'interviewé.

Les entrevues se sont déroulées du mois de mars 2015 au mois de décembre 2015. Une seule entrevue par participant en face à face a été menée auprès des différents participants, à l'exception d'un seul participant où une seconde entrevue par téléphone a pris place afin d'approfondir certains éléments. L'entrevue était menée par la chercheuse elle-même, qui a tenté de mettre de côté ses présupposés d'ordre conceptuel ou théorique pour ne pas influencer les réponses des participants. Pour ce faire, elle est restée centrée sur les propos du participant tout en respectant le canevas d'entrevue, évitant ainsi d'aller dans des éléments qui auraient pu orienter le discours de ce dernier.

La durée de l'entrevue était d'environ 60 à 90 minutes et elle a pris place dans un lieu au choix du participant et selon sa disponibilité (domicile du participant, bureau de la chercheuse ou un local à l'Université de Montréal). Un formulaire de consentement a été

signé au début de la rencontre en prenant le temps de décrire l'étude au participant ainsi que son rôle (voir Appendice B). La chercheuse a insisté sur le fait qu'il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse et que le participant a le droit de ne pas répondre à une question.

Tous les participants ont été consentants pour que l'entrevue soit enregistrée afin d'assurer une saisie complète de l'information donnée et de pouvoir procéder par la suite à une analyse systématique du matériau recueilli. Le contenu des enregistrements a été rédigé en verbatim par une assistante de recherche.

Préalablement à l'entrevue, le participant était invité à remplir une fiche de données sociodémographiques qui ont servi à faire le portrait de l'échantillon : âge, sexe, origine ethnique, statut matrimonial, profession et niveau d'éducation, nombre d'années depuis l'arrivée au Québec, ainsi que le statut d'emploi avant l'immigration et actuellement (voir appendice C).

Le canevas d'entrevue est composé de questions ouvertes portant sur le parcours migratoire et l'expérience de la non-reconnaissance de l'identité professionnelle (voir Appendice D). Une question d'ouverture a permis de saisir la nature de la formation professionnelle du participant. Quelques questions préliminaires ont porté sur l'exercice de la profession dans le pays d'origine, puis sur les raisons de l'immigration et les attentes que pouvaient avoir le participant au regard de l'exercice de sa profession au Québec. Enfin, des questions-clés ont permis d'entrer dans le vif du sujet, en sondant les démarches

entreprises pour s'intégrer sur le plan professionnel puis en cherchant à pénétrer dans l'expérience vécue du participant au regard de l'impact d'une non-reconnaissance de sa formation et de ses acquis professionnels antérieurs sur son estime de soi et son projet migratoire.

L'analyse des données

L'analyse des données empiriques recueillies a été faite selon un examen phénoménologique. Selon Paillé et Mucchielli (2008), une recherche qualitative qui aspire avoir « un bon ancrage empirique » devrait inclure un examen phénoménologique des données, en vue de dégager une structure fondamentale des différentes descriptions rapportées par les participants et de recomposer leur expérience ou leur vécu. Pour sa part, Meyor (2007) avance que le chercheur qui adopte une méthode phénoménologique, n'est pas un « observateur neutre du phénomène, mais le pôle subjectif lui-même à partir de qui et de quoi tout prend sens » (p. 113). Cette auteure explique que :

L'immersion du phénoménologue dans l'expérience et la reprise à son propre compte des données de cette expérience sont des éléments d'importance de cette méthode, et sur la base d'un retournement, son accomplissement même : plus la description de l'expérience est fine et approfondie, plus on rejoint l'objectivité dans la méthode (p. 113).

L'analyse phénoménologique des données a été réalisée par la chercheuse elle-même, en trois étapes : lecture et relecture des entretiens, annotation et reconstitution en récits phénoménologiques. La première étape consistait à lire et à relire entièrement le verbatim des entretiens, dans le but d'aboutir à une compréhension des expériences et des

événements. La deuxième étape a servi à cerner l'essence de ce qui a été relaté et à la traduire en énoncés phénoménologiques, à partir de questions simples adressées au matériau devant soi (...). La production de ces énoncés « représente en fait un premier niveau d'analyse et l'on peut ensuite y référer sans devoir relire nécessairement le corpus correspondant » (Paillé & Mucchielli, 2008, p. 92). Enfin, la troisième étape a consisté à reconstituer les événements les plus significatifs de l'entretien sous forme de récit phénoménologique qui « reproduit la ligne le long de laquelle se construit le sens vécu et s'articule le cas. Il est en soi un résultat de recherche dans la mesure où il donne à voir dans son intégrité une portion d'expérience » (Paillé & Mucchielli, 2008, p. 93). Cette reconstitution tient compte à la fois des objectifs de l'étude et de la cohérence de l'expérience rapportée. Dans la *reprise à son propre compte des données de cette expérience*, selon les propos de Meyor citée plus haut, la chercheuse a cherché à faire une description *fine et approfondie* de l'expérience intime des participants. Le texte est reconstruit sur un mode narratif en prenant beaucoup du vocabulaire utilisé par les participants et en suivant l'ordre chronologique des événements, tels qu'ils sont racontés par eux, tout en ayant le souci d'offrir un texte qui respecte les règles du français écrit. Ce procédé a l'avantage de privilégier la formulation de la pensée véritable du participant et, sur le plan de la communication des résultats, il incite chez le lecteur une plus grande empathie et rappelle que ce qui est mesuré par la recherche engage des vraies personnes.

Après avoir complété la rédaction des récits, un deuxième type d'analyse a été réalisé. Il s'agit de l'analyse transversale de ces récits afin d'y déceler les phénomènes

propres à l'objet d'étude en fonction des convergences entre les expériences relatées par les participants ou de certaines particularités qui peuvent avoir été dévoilées (Paillé & Mucchielli, 2008). Il s'en est dégagé des thèmes dont les éléments constitutifs ont été révisés par la directrice de thèse, à la lumière des récits.

Quelques considérations d'ordre éthique

Tel qu'indiqué antérieurement, avant de procéder aux entrevues, un formulaire d'information et de consentement a été remis aux participants, comportant une description des différents aspects éthiques de la présente recherche et une précision de ses objectifs. Les participants ont ainsi été informés de la nature confidentielle des informations recueillies, des mesures prises pour respecter l'anonymat, de la nature volontaire de leur participation ainsi que de leur droit de retrait en tout temps et d'une compensation financière accordée pour les frais liés au déplacement (20,00 \$). Les participants ont aussi été informés que l'entrevue allait être enregistrée en format audio, ce à quoi ils devaient d'abord donner leur consentement. Finalement, le formulaire d'information et de consentement a été signé à la suite de sa lecture. Par ailleurs, la chercheuse les a renseignés sur les ressources à contacter en cas de besoin de consulter suite à l'entretien.

Le projet de recherche a été approuvé par le comité d'éthique de la recherche de la faculté des Lettres et des sciences humaines de l'Université de Sherbrooke. Il en va de même pour le comité d'éthique du Centre hospitalier universitaire de Montréal (CHUM) auquel le CSSS du Cœur-de-l'Île était affilié pour la recherche. Un formulaire

d'information et de consentement approuvé par le comité d'éthique du CHUM a été présenté au participant recruté au CLSC de Villeray (voir Appendice B).

Résultats

La parole ayant été accordée aux participants, il importe en un premier temps de rendre compte le plus fidèlement possible de l'expérience qu'ils ont dévoilée lors des entrevues de collecte de données. Ainsi, participant par participant, leur parcours d'immigration ainsi que le récit de leur expérience relative au désir de reconnaissance professionnelle au Québec sont présentés. Quelques observations sur le contexte dans lequel s'est déroulée chacune des entrevues sont aussi présentées. Par la suite, les résultats de l'analyse transversale des expériences relatées sont exposés.

Le parcours migratoire des participants et le récit de leurs expériences en lien avec le désir de reconnaissance professionnelle au Québec

Nader, Layal, Alexa, Sonia, Adriana et Juan ont pris le temps de nous parler d'eux. Qui sont-ils? Quel était leur statut professionnel avant leur immigration au Québec? Quel est leur statut professionnel maintenant et comment ont-ils vécu leurs démarches d'insertion professionnelle au Québec? C'est ce que nous vous invitons à découvrir dans les pages qui suivent. Les récits qui résultent du travail d'analyse et de rédaction décrit plus haut sont néanmoins écrits en utilisant la première personne du singulier. Certains extraits de verbatim sont rapportés en italique. Il importe de mentionner que l'information fournie au sujet des exigences et procédures pour l'obtention des permis de pratique n'a pas été vérifiée; celle-ci provient uniquement des participants.

Le premier participant : Nader

Nader est un homme marié de 38 ans. Il est père d'un enfant né à Montréal. D'origine kurde et venant de Syrie, Nader a immigré au Québec en 2011. Détenteur d'un diplôme d'études universitaires de 2^e cycle obtenu en France, il a une formation dans le domaine de la didactique du français. Ayant entrepris des études doctorales, Nader était en étape de rédaction de thèse au moment de l'immigration. Il a travaillé pendant deux ans comme enseignant de français dans son pays d'origine. Actuellement, il travaille comme pâtissier chez Tim Hortons.

L'entrevue s'est déroulée à domicile, chez Nader, parce que sa femme avait récemment accouché. Avant de commencer l'entrevue, il semblait qu'il lui était facile de parler de son expérience et des obstacles rencontrés lors de ses démarches pour l'obtention du permis d'enseignement. Il a amplement parlé du sujet de sa thèse montrant beaucoup de motivation mais aussi de la déception de ne pas pouvoir la terminer. Une certaine tension a toutefois été observée quand il a demandé à la chercheuse s'il pouvait prendre connaissance des questions avant de commencer l'enregistrement. Par la suite, en cours d'entrevue, Nader affiche une certaine positivité qui contraste avec les propos tenus auparavant. Puis, au terme de l'entrevue, après avoir cessé l'enregistrement, Nader parle plus ouvertement de certains moments difficiles qu'il a vécus lors de ses démarches de reconnaissance professionnelle.

Le récit de Nader. Mes études de baccalauréat en littérature française ont été faites à l'Université d'Alep en Syrie, mon Master 1 à l'Université de Bourgogne à Dijon et le Master 2 à l'Université Paul-Valéry à Montpellier. Mon master était en didactique du français, une spécialité qui n'existait pas dans le temps à l'Université d'Alep. J'ai fait aussi des études doctorales en France et j'ai décidé d'immigrer alors que j'étais dans la phase de rédaction de thèse. Dans mon pays, j'ai travaillé avant de terminer mon bacc comme chargé de cours dans les écoles secondaires à Alep. Une fois mon bacc obtenu, j'ai été recruté pour un poste d'enseignant de français dans une région au nord de la Syrie, Kobane. J'étais un fonctionnaire d'état et j'ai enseigné le français durant deux ans dans cette région. L'enseignement est un métier que j'ai toujours aimé et j'ai désiré faire cette expérience avant de partir en France pour continuer mes études. Malheureusement, j'ai dû abandonner le doctorat alors que j'étais en phase de rédaction pour des raisons financières et personnelles. Pouvoir terminer ma thèse est un projet que j'aimerais bien accomplir un jour, ici au Québec.

À la quête d'une nouvelle expérience et avoir la possibilité de travailler dans mon métier sont les raisons pour lesquelles j'ai décidé d'immigrer au Québec. Toutes les démarches d'immigration ont été entreprises durant mon séjour en France et elles ont pris un an et quatre mois. Mon acceptation comme immigrant, dans la catégorie de travailleur qualifié, a dû être facilitée en raison de mon parcours : je parle français et je détiens un diplôme d'une université en France. Durant mon entrevue à l'ambassade du Canada, je me suis renseigné sur la possibilité d'enseigner au Québec et on m'a donné toutes les

informations nécessaires à ce sujet. Le certificat de sélection du Québec m'a été délivré sur place à la fin de l'entrevue. À la suite, j'ai entrepris les démarches nécessaires pour l'obtention du visa de résident permanent. En arrivant ici en 2011, j'ai commencé à faire mes équivalences pour que je puisse pratiquer ma profession. Après 6 mois d'attente, j'ai reçu une lettre du ministère de l'Éducation. Celle-ci indiquait que j'aurais la permission d'enseigner, à condition que je réussisse l'examen de TECFÉE [Test de certification en français écrit pour l'enseignement]. C'est un test de rendement en français pour enseigner ici au Québec. Pendant ce temps, j'étais sans travail mais j'avais une petite réserve qui m'a permis de pouvoir payer mon loyer et subvenir à mes besoins.

Pour pouvoir passer l'examen de TECFÉE, on a droit à trois tentatives. Malheureusement, j'ai raté l'examen deux fois et il me reste une seule chance. Au deuxième examen, j'ai eu 55 % alors qu'une note minimale de 70 % est requise. *Ça fait à peu près deux à trois ans que j'ai abandonné les études [...] J'attendais toute cette période-là. J'étais comme... il y avait beaucoup de savoir perdu.* Il y a toute la nouvelle orthographe en français que je ne connaissais pas et que j'ai dû apprendre pour me présenter à l'examen. Certes que cet examen est important pour l'évaluation du savoir du futur enseignant, mais je trouve qu'ils sont exigeants quant à la moyenne de réussite et le nombre limité de tentatives pour le réussir. Ainsi, si je ne réussis pas à mon dernier essai, je perds ma chance d'enseigner ici, à Montréal. Bien sûr que j'étais au courant avant d'immigrer que l'enseignement est un métier règlementé et qu'il me faudrait faire des démarches d'équivalence pour obtenir mon permis d'enseignement. Mais je ne savais pas

que cela allait s'avérer aussi difficile. Même les Québécois trouvent le test difficile; on peut lire des commentaires à ce sujet sur la page Facebook. En plus, réussir le test garantit juste l'obtention d'un permis d'enseignement provisoire pour deux ans alors que pour pouvoir détenir un permis permanent, il faut faire un petit parcours universitaire pour répondre à certaines exigences pédagogiques. En fin de compte, c'est une démarche qui est assez longue alors qu'en préparant mes démarches d'immigration, *j'avais de la confiance en moi qu'avec tous ces diplômes, avec toutes ces expériences que je peux faire quelque chose de mieux au Québec.*

Malgré toute cette réalité, j'ai essayé de chercher des emplois dans le domaine de l'enseignement. J'ai postulé dans les écoles de langue et j'ai passé des entrevues mais je n'ai pas réussi à décrocher un emploi. À chaque fois, ils me disent : « OK, on va vous appeler s'il y a un poste disponible pour vous ». Après avoir fait plusieurs entrevues sans succès, j'ai décidé de commencer à chercher un emploi dans un autre domaine, surtout que pour parrainer mon épouse je devais avoir un emploi et non pas être sur l'aide sociale. En plus, mon objectif est d'être un membre actif dans la société dans laquelle je vis et non pas un parasite. À ce moment-là, consulter mon agent d'emploi était ma seule issue afin de trouver une solution à ma situation professionnelle. Intégrer le marché du travail le plus rapidement possible constituait pour moi une nécessité pour subvenir à mes besoins, mais surtout pour pouvoir commencer les démarches de parrainage de mon épouse. Cette dernière avait dû se réfugier en Turquie à cause de la situation en Syrie. *J'ai parlé avec mon agent d'emploi, je lui ai expliqué ma situation dans laquelle je vis. J'ai dit : je suis*

dans une impasse, je ne peux pas vraiment enseigner le français, parce que ça demande vraiment... il y a beaucoup de démarches à faire [...]. Et là, j'ai ma femme qui est à l'étranger... Alors il faut que je parraine ma femme pour la faire venir ici. Une démarche très importante pour moi parce qu'être séparé de mon épouse contribuait à ma situation d'instabilité et avait aussi un impact négatif sur la procédure de reconnaissance professionnelle dans laquelle je suis engagée. L'agent d'emploi m'a proposé une formation de neuf mois, financée par Emploi Québec, comme aide-cuisinier. Une fois la formation terminée, j'ai trouvé un poste d'aide-cuisinier dans un restaurant turque, méditerranéen. J'y ai travaillé pendant 5 mois puis j'ai été congédié parce que je ne suis pas assez rapide, surtout que dans ce restaurant, il y avait beaucoup de *rush*. Dans tous les postes que j'ai occupés comme aide-cuisinier, j'ai reçu les mêmes commentaires « pas assez rapide ». En fin de compte, c'est normal parce que ce n'est ni mon métier, ni un métier que j'aime. Personnellement, mes intérêts portent davantage sur les choses intellectuelles ou scientifiques et mes compétences ne sont pas dans les métiers manuels. Heureusement que chez Tim Hortons, là où je travaille actuellement, le travail ne nécessite pas beaucoup de rapidité et l'ambiance est amicale. Mais, mon emploi comme aide-cuisinier n'est qu'une étape temporaire. Je continue à faire des démarches pour pouvoir enseigner. Ainsi, j'ai présenté une demande à l'UQAM [Université du Québec à Montréal] l'année dernière, pour faire un baccalauréat en français langue seconde. Malheureusement, ma demande a été refusée alors que je considérais que mon dossier était solide dans le sens que j'ai une expérience d'enseignement, je détiens un diplôme français de niveau Master 2 et en plus j'étais en phase de rédaction de thèse doctorale. Il

paraît que mon dossier n'a pas été retenu parce que j'ai échoué le test d'anglais et parce qu'aussi le programme est contingenté. La raison pour laquelle je dois passer un test d'anglais même si je veux juste être un enseignant du français m'échappe et me frustre. L'expérience que j'ai dans mon domaine ainsi que les diplômes que je détiens n'ont pas été pris en considération et c'est plutôt mon échec au test d'anglais qui était déterminant par rapport à mon avenir professionnel. Une fois de plus, je suis en face d'une impasse professionnelle et je suis comme coincé dans un emploi qui n'a aucun lien avec mon domaine d'étude. *Depuis 2011 jusqu'à date, je n'ai pas arrêté d'essayer, mais là vraiment il faut savoir que je suis marié, j'ai beaucoup de choses à faire, je garde beaucoup de responsabilités.*

Toutes les démarches que j'ai faites sans pouvoir changer ma situation m'ont découragé, surtout que je considère que mon travail d'aide-cuisinier est un sous métier. *Je suis vraiment découragé* et ceci a même influencé ma recherche d'emploi. J'ai envie de tout laisser tomber; des fois je me dis *OK, je laisse tomber, c'est vraiment... j'en ai marre. Donc, je laisse tomber, je ne veux pas chercher de travail.* Mais les exigences de la vie m'ont poussé à reprendre courage et à chercher du travail même si ce n'est pas dans mon domaine. Il faut vraiment chercher un emploi pour vivre, pour payer le loyer, pour payer les alimentations, pour payer les meubles, beaucoup de choses. Il faut vraiment travailler pour avoir l'argent pour vivre. Sinon... Je ne veux pas rester toujours chômeur. Je n'aime pas ça être chômeur sur l'aide sociale, comme à la marge de la société. Et comme Voltaire le dit, « Le travail éloigne de nous le besoin, l'ennui et le vice ».

En parlant de sous-métier, mon but n'est pas de disqualifier le travail d'aide-cuisinier, mais je désire juste refléter que c'est un métier qui ne relève pas de mes compétences et qu'il existe un grand écart entre mon emploi actuel et ma profession de base. *Un décalage très, très vaste entre ce que j'ai fait et ce que j'attends, et ce que je suis maintenant. Je ne travaille pas dans mon domaine. [...] Je considère ça vraiment comme un sous-métier, ce n'est pas vraiment comme un métier que j'aime.* Cet écart fait que je perds beaucoup de savoir et c'est vraiment dommage parce que j'étais rendu loin dans mes études. Jusqu'à date, je cherche toujours sur internet les articles en linguistique et lexicologie, donc tout ce qui est en lien avec les études que j'ai faites en France et avec le sujet de ma thèse.

Ma situation professionnelle actuelle influence un peu ma vie familiale. *Tout le temps on discute, moi et ma femme, de ce sujet-là.* Mon épouse me pousse souvent à chercher davantage dans mon domaine : « Il faut vraiment chercher dans ton domaine, tu ne peux pas rester toute la vie chez Tim Hortons ». *C'est sûr et certain, on est toujours en discussion sur ça... pas jusqu'au point de créer une tension.* Nous essayons de trouver des solutions ensemble.

Bien sûr que tous les obstacles rencontrés m'ont influencé, surtout que mon objectif en venant ici était de pouvoir exercer mon métier. J'ai passé par des moments où j'avais envie de tout lâcher mais mon attachement à ma profession me pousse à essayer encore et à essayer surtout de ne pas rester négatif et de garder confiance en moi-même. J'ai

actuellement deux plans pour pouvoir aboutir à mon objectif. Tout d'abord, présenter une demande à l'Université de Montréal pour faire le baccalauréat d'enseignement; j'ai cru comprendre qu'ils sont moins exigeants que l'UQAM. C'est vrai que c'est une longue démarche de quatre ans mais je pense qu'en faisant les équivalences avec mes diplômes antérieurs, j'aurais moins de cours à faire dans ce parcours. Sinon, mon autre option est celle de quitter Montréal pour aller vers une région où les exigences sont moindres. Il y a trois immigrants sur quatre qui restent à Montréal, ce qui augmente par conséquent la concurrence et la difficulté d'accéder à un travail dans le domaine d'étude. J'ai entendu parler du programme de régionalisation, il y a un organisme qui facilite la recherche d'emploi dans d'autres régions du Québec. Je trouve le programme très intéressant et je pense aller vers la région de Gatineau parce qu'il y a une forte demande dans le domaine de l'enseignement. Il semble y avoir beaucoup d'écoles de langues là-bas et il semble qu'on n'ait pas besoin d'un permis pour enseigner dans les écoles privées. Dans un premier temps, je vais essayer de présenter ma demande à l'université mais si la démarche échoue, je vais tenter ma chance de pouvoir réaliser mon projet dans la région de Gatineau. Ces deux possibilités me permettent de conserver un certain optimisme.

La deuxième participante : Loyal

Loyal est une femme mariée de 38 ans et mère de deux enfants nés au Québec. Elle est d'origine libanaise et elle a immigré au Québec en 2001, parrainée par son mari qui vivait déjà à Montréal depuis presque 13 ans. Loyal a fait des études en pharmacologie à l'Université de Damas, en Syrie, faute d'être admise dans cette discipline dans une

université au Liban. Elle a travaillé deux ans comme pharmacienne avant de recevoir les papiers d'immigration. Elle a aussi enseigné des cours de pharmacologie dans une école de sciences infirmière. Actuellement, elle travaille comme enseignante en sciences dans une école secondaire privée et elle poursuit en même temps une maîtrise d'enseignement à l'université.

Selon son souhait, l'entrevue s'est déroulée à son domicile, où l'appartenance culturelle transparaît aussi bien par la décoration de la maison que par son hospitalité. Layal a essayé de nous transmettre son expérience telle qu'elle l'a vécue et la vit toujours. Elle a manifesté beaucoup d'aisance à parler de son expérience et même à aborder les démarches actuelles qu'elle entreprend pour l'obtention du permis et qu'elle n'a pas dévoilé ni à sa famille ni à son entourage. La communication était marquée par la transparence et si la fluidité du discours n'était pas toujours évidente, il semble que ceci soit dû à la difficulté de refléter un vécu émotif dans une langue autre que la langue maternelle.

Le récit de Layal. Être pharmacienne était un rêve d'enfance. Les différents enjeux politiques de mon pays ne m'ont malheureusement pas permis de pouvoir le réaliser tout en étant choyée par la présence de ma famille. Je me suis présentée aux examens d'admission dans différentes universités libanaises, mais je n'ai pas été admise, faute d'avoir *un bon piston*. J'aurais pu entreprendre des études à la Faculté de médecine et médecine dentaire qui m'a fait une offre d'admission, mais mon choix était clairement

dirigé vers la pharmacologie, notamment parce que je trouve que c'est un métier facile à conjuguer avec la vie familiale. Et comme les notes scolaires de mes études secondaires étaient suffisantes pour que je sois acceptée en pharmacologie à l'Université de Damas, en Syrie, j'ai opté pour cette trajectoire. Pour moi, jeune fille de 18 ans, s'éloigner du cocon familial n'était pas évident. Faire mes études en Syrie était néanmoins le meilleur compromis : un voyage de deux heures en voiture me permettait d'être parmi les miens à chaque fin de semaine.

Pendant cinq ans, j'ai fait des allers-retours entre Damas et Beyrouth à toutes les fins de semaine et, à chaque fois que je quittais, mes parents se mettaient à pleurer. Pour éviter ces moments de séparation difficiles, je quittais la maison tôt le matin sans les réveiller. J'ai vécu cette réalité même pendant l'été, parce que j'avais mes stages à faire. J'ai toutefois réussi à faire une partie de mes stages au Liban. Et voilà que tous ces sacrifices s'avèrent vains, puisque je ne peux pas exercer mon métier ici, au Québec.

Au terme de mes études, j'ai pu travailler dans une pharmacie à Beyrouth. J'étais d'ailleurs sur le point d'acheter cette pharmacie. Cette transaction n'a pas eu lieu, puisque j'ai reçu mes papiers d'immigration du Canada et j'ai quitté le Liban pour rejoindre mon mari au Québec. Ce dernier ne voulait pas du tout que j'embarque dans ce projet d'achat d'une pharmacie, parce qu'il avait peur que je change d'idée au sujet de l'immigration et que je décide de rester au Liban. Il m'a convaincue de l'importance de renoncer à ce projet pour le moment, quitte à le concrétiser à notre retour au Liban, dans trois ans, soit le temps

nécessaire pour avoir ma citoyenneté canadienne. Onze ans se sont déjà écoulés et je suis toujours à Montréal, alors que j'ai ma citoyenneté depuis un peu plus de cinq ans. Le temps passe tellement vite et la situation au Liban n'a jamais été suffisamment stable pour nous permettre d'envisager un retour.

Même si être pharmacienne était un rêve d'enfance, je l'ai laissé derrière moi dans mon pays, avec tous ceux que j'ai décidé d'abandonner en immigrant au Québec. Je n'avais pas trop d'illusions par rapport à la possibilité de pratiquer ma profession au Québec. Mon mari a présenté ma demande d'équivalence pendant le processus de parrainage. L'Ordre des pharmaciens du Québec a reconnu mon diplôme et me donnait accès à la pratique, à la condition de faire 60 crédits dans une université reconnue au Québec. La difficulté majeure était celle de pouvoir être acceptée à l'université. Mon dossier a été refusé à l'Université de Montréal, qui accepte seulement six étudiants dans le processus d'équivalence. Ils admettent les candidats ayant les meilleurs dossiers et, malheureusement, le mien n'était pas considéré comme tel. Mon mari a essayé d'expliquer que le système d'évaluation diffère en Syrie, que la moyenne de réussite est 50 et qu'on m'a attribué la mention « très bien » sur mon diplôme, mais en vain.

Même si je savais d'avance que mon insertion professionnelle serait très ardue à Montréal, j'ai décidé de rejoindre mon mari. En réalité, je n'avais pas d'autre choix puisque lui, il était dans l'incapacité de revenir pour le moment au Liban. Je me disais que trois, quatre ans passent vite et que je serais sûrement occupée à fonder une famille. Une

fois de retour au Liban, je pourrais acheter une pharmacie et réaliser mon rêve. C'était bien le scénario qui m'a encouragée à faire le pas de l'immigration. Incitée par mon mari, j'ai tenté ma chance et j'ai présenté à nouveau mon dossier à l'Université de Montréal. Je l'ai même présenté à deux reprises. Le refus étant la réponse à chaque fois. C'est bien cette réalité qui était décourageante pour moi et pas la décision de l'Ordre. Je trouvais que la décision de ce dernier était légitime et que me remettre aux études me permettrait de me familiariser avec la société d'accueil, l'éthique, les médicaments, le marché, etc... Et, à la fin, j'aurais un diplôme canadien qui est sûrement mieux reconnu qu'un diplôme syrien. Après trois refus de suite de mon dossier à l'université, j'étais découragée et j'ai abandonné. *J'ai perdu la motivation. Après la troisième fois que j'ai appliqué, j'ai dit : « Non, non, ça ne va pas marcher ». J'étais vraiment déçue.*

Dans toute cette réalité décevante, j'ai bécu beaucoup de pression culpabilisante de la part de ma famille et de la parenté au Liban. « Tu n'as pas eu encore ton équivalence, tu ne travailles pas en tant que pharmacienne. Telle personne a actuellement sa propre pharmacie et gagne très bien sa vie ». Je suis toujours en situation de justification à leur égard et surtout à l'égard de mon père. Ce dernier accorde beaucoup d'importance aux études et il a toujours voulu que ses enfants aient une bonne profession. Mon mari est aussi victime de pression, aussi bien de la part de l'entourage au Liban que de ses amis montréalais. On lui reproche de m'avoir empêchée de travailler dans ma profession en m'amenant ici au Québec. C'est comme s'il avait commis un crime. Alors qu'ici, à Montréal, ses amis lui répètent souvent qu'il a de la chance d'avoir une pharmacienne

comme épouse et qu'il pourrait mieux faciliter mon insertion en déménageant vers une autre province. Dans les autres provinces, il suffit de réussir un examen d'évaluation pour être admis à l'Ordre. « Passer cet examen est suffisant pour pratiquer sauf au Québec », me dit-on. C'est une phrase qui m'a souvent fait réagir et je me suis souvent demandé « Qu'est-ce que je fais ici au Québec? ». Mon mari est réticent face à ma proposition d'aller dans une autre province comme l'Ontario et d'y tenter ma chance. Il a un bon travail à Montréal et dit ne pas vouloir recommencer à zéro. Aussi, il m'encourage de rester, en me disant que des changements peuvent se produire dans les exigences d'admission des diplômés étrangers à l'Ordre des pharmaciens du Québec.

Mon découragement est dû aussi aux contacts que j'ai eus avec les responsables de l'évaluation des demandes d'admission à l'université. J'ai vécu beaucoup de tensions lors de ces démarches, surtout que j'avais l'impression d'être traitée comme un document qui pourrait remplir ou pas les critères d'admission. L'attitude de la personne était blessante, surtout qu'elle ne prenait pas en considération que la personne en face d'elle est une pharmacienne qui vit une grande déception, cherche une réponse à ses questionnements et a besoin d'être guidée pour savoir le moyen à prendre pour pouvoir améliorer ses notes afin de favoriser son acceptation. « On ne peut rien faire », était leur réponse qui sous-tendait « Tu ne peux rien faire ». J'avais une possibilité de présenter mon dossier aussi à l'Université Laval, mais je n'ai même pas essayé de le faire, surtout que j'avais moins de chance d'être acceptée vu le nombre des places accordées, soit une seule.

Résignée, j'ai décidé de retourner aux études en vue d'obtenir un autre diplôme. Après réflexion, j'ai opté pour un diplôme en enseignement. Mon expérience d'enseignement au Liban que j'ai bien appréciée, la possibilité de faire ces études en ligne et d'obtenir une maîtrise en enseignement ainsi que mon désir d'enseigner des matières qui sont proches de ma formation de base m'ont poussée à prendre ce virage dans ma vie professionnelle. Côté travail, j'ai fait le tour des écoles privées dans mon quartier et on m'a expliqué que pour pouvoir enseigner, j'ai besoin d'un brevet d'enseignement. Toutefois, après avoir terminé six crédits aux études supérieures, on te donne une autorisation provisoire pour enseigner au Québec. Ainsi, j'ai la possibilité de travailler et d'étudier en même temps. Je fais ce diplôme tranquillement pour pouvoir concilier famille, travail et études. Travailler est un choix pour moi autant par nécessité pour pouvoir aider mon mari à subvenir à nos besoins que par besoin d'être active, parce que je ne suis pas une femme qui se contente de rester à la maison, juste à s'occuper de sa famille.

Enseigner les sciences était une manière de me convaincre que même si je ne pratique pas ma profession de base, au moins je fais un métier qui n'est pas très loin des matières qui m'attirent et m'intéressent. Malheureusement, ce choix ne m'a pas aidée à préserver mon estime de moi-même, parce que je ne peux pas considérer que j'ai réussi en tant qu'enseignante. Enseigner à des adolescents complique le tableau. J'ai un problème de gestion de classe qui entraîne un sentiment d'échec. Au départ, j'ai essayé de me déculpabiliser en disant que c'est la faute des élèves qui sont irrespectueux. Mais j'ai

réalisé très vite que le problème est plutôt moi : je n'arrive pas à tenir ma classe. En passant à côté des classes, j'observe les mêmes élèves, qui en ma présence sont comme du *popcorn*, très calmes, respectueux et concentrés en présence d'un autre enseignant. À ce moment-là, la réalité s'impose et je réalise que *je ne suis pas née pour être enseignante*. Il y a même une directrice d'école qui m'a dit « tu es trop gentille pour être enseignante ». À chaque soir, je retourne à la maison vraiment déçue. La même phrase tourne dans ma tête : « *je ne peux pas y retourner demain, je dois trouver une autre carrière* ». Mais le lendemain, me voilà à nouveau à l'école parce que le coût de la vie m'oblige à le faire. Si mon expérience d'enseignement était un succès comme celle que j'ai eue au Liban, je serais moins dans la déception. Mais mon estime de moi est aussi atteinte dans ma profession actuelle.

Compte tenu de cette réalité, je suis souvent dans la comparaison entre mon métier actuel et celui de pharmacienne, surtout après une journée difficile à l'école. Ainsi, en regardant un pharmacien faire son travail et qui a le respect des gens, je sens un grand décalage entre moi, enseignante qui doit faire face tous les jours à l'arrogance des adolescents, et ce pharmacien. Aussi, dans de tels moments, je me dis « *Qu'est-ce que j'ai fait de moi-même?* ». Je n'ose même pas dire à mes élèves que je suis une pharmacienne à la base, parce que je sens qu'il n'y a pas de respect pour l'enseignante que je suis. Quand je trouve, par exemple, mes collègues qui étaient avec moi disons sur Facebook. Surtout que sur Facebook, il n'y a rien qui est caché, c'est comme un monde ouvert. Alors là tu vois... qu'est-ce qu'ils font, où ils sont allés, où ils ont voyagé. Tu vois tout ça, et là, ça

vraiment là, ça touche ton estime de soi. Surtout quand il s'agit d'un collègue qui n'avait pas les mêmes compétences que moi; telle une collègue qui a dû passer plusieurs fois le *colloquium*, soit l'examen permettant d'adhérer à l'Ordre des pharmaciens du Liban pour les détenteurs de diplômes étrangers ou d'un diplôme d'une université libanaise privée, alors que moi j'ai été capable de le réussir dès la première fois. À ce moment-là, je ne peux pas m'empêcher de faire une comparaison en me disant « *voilà où elle en est rendue dans son parcours et voilà où moi j'en suis* ».

Mes démarches pour obtenir le permis de pratiquer ne sont pas encore terminées. Depuis 2011, un changement s'est produit dans les exigences d'équivalence des diplômés étrangers et on accepte actuellement au Québec les pharmaciens qui réussissent les examens du bureau d'examineur des pharmaciens du Canada [BEPC]. L'Ordre peut avoir une exigence supplémentaire, tel un stage pour la délivrance du permis. Ma demande pour passer l'examen a été acceptée mais cela m'a pris presque un an et demi pour pouvoir assurer les documents requis parce que le bureau exige qu'ils soient envoyés directement de l'université. Compte tenu de la situation actuelle en Syrie et du fait que je n'y ai pas de connaissances (même si j'ai fait mes études là-bas), j'ai dû trouver un moyen pour entrer en contact avec une personne qui travaille à l'Université de Damas pour qu'elle puisse suivre ma demande. Or, il s'avère que le monsieur sur lequel je suis tombée était un arnaqueur et j'ai dû payer 2 000 \$ pour qu'il m'envoie les documents.

Cette année, j'ai décidé de travailler à temps partiel pour pouvoir consacrer deux jours pour me préparer à l'examen. Onze ans sont passés depuis que j'ai exercé la dernière fois mon métier. Me remettre à nouveau à étudier, toute seule sans aucune forme d'accompagnement, est très ardu. J'ai l'impression que j'ai tout oublié et que je suis en train de faire mes études à nouveau. Je me sens tellement découragée que parfois je peux me mettre à pleurer tant que je trouve que la situation est dure. *Je dis comme... « C'est quoi ça? C'est des choses que je ne connais pas... ». Là, je commence à pleurer.*

Je me culpabilise tout simplement de ne pas avoir fait l'examen dès mon arrivée au Québec. Même s'il n'y avait pas de possibilité de pratiquer à ce moment-là, j'étais encore dans le bain et j'avais sûrement plus chance de le réussir. Mon découragement fait que je culpabilise mon mari aussi en lui disant : « *Tu ne m'as pas laissé faire l'examen! J'aurais dû faire ça dès le début!* ». Il m'encourage beaucoup et me soutient dans ce processus. Il m'a introduite à un couple qui a réussi l'examen du BEPC et les deux personnes sont en train de faire un stage actuellement. Ces dernières m'ont encouragée et m'ont donné des sources sur internet pour pouvoir mettre mes connaissances à l'épreuve. Je me sens néanmoins toujours démoralisée, surtout qu'ils m'ont dit que le premier examen est facile, alors que je le trouve assez exigeant pour moi. Ce couple est arrivé récemment au Québec; ils n'ont pas d'autre objectif pour le moment que de pouvoir s'insérer sur le plan professionnel. De mon côté, j'ai à m'occuper de ma famille, de mes élèves et je dois terminer en même temps mon brevet d'enseignement. J'ai encore un an de délai pour le terminer sinon je vais perdre mon autorisation temporaire d'enseigner et, par conséquent,

mon travail. Je dois faire un choix, reconquérir mon rêve que je perçois comme étant une mission impossible ou terminer mon brevet et garder mon emploi.

Mon estime de moi n'a pas été épargnée tout au long des démarches que j'ai faites mais je n'avais jamais eu un sentiment d'échec dû au fait que je ne peux pas pratiquer ma profession. Actuellement, dans ce processus de préparation pour l'examen, je l'ai ce sentiment. Toute cette procédure est gardée *top secret*. Je ne l'ai pas partagée avec ma famille ni avec des amis, question de respecter mon besoin d'éviter les pressions. Ils vont sûrement me demander de laisser mon travail pour consacrer mon temps aux études, sans prendre en considération que je suis dans l'obligation de travailler. *Je suis obligée d'aller au travail, parce que... un seul salaire n'est pas suffisant pour une famille. Je suis obligée de travailler, je n'ai pas le choix.* Mon besoin de me protéger est aussi à la base de garder toute cette affaire secrète, je ne pense pas être capable de tolérer les critiques. Si j'échoue les examens, cela va provoquer un grand sentiment de culpabilité chez moi, parce qu'à ce moment-là, je serai moi-même responsable de l'écroulement de mon rêve d'enfance et ça ne sera plus la faute du système. Ceci me pousse à ne pas me précipiter à passer l'examen malgré les encouragements de mon mari. Et même si j'ai le droit de répéter l'examen en cas d'échec, je crains la déception et la sous-estimation qui peuvent en découler. Pour le moment, je pense prioriser mon brevet d'enseignement et passer l'examen de BEPC est un projet à long terme. L'enseignement en tant que métier me donne du plaisir, mais c'est

plutôt la gestion de classe qui me donne un sentiment d'échec. Enseigner au Cégep¹ ou à des adultes sera peut-être une alternative.

Toute cette expérience m'incite à réfléchir aux raisons qui poussent tous ces professionnels qui quittent leur pays pour venir s'installer au Québec. Personnellement, je n'avais pas vraiment de choix que de venir rejoindre mon mari. Toutefois, si ce dernier avait accepté de revenir au Liban, je n'aurais jamais quitté mon pays. Surtout sachant combien difficile est l'accès à la profession.

En ce qui a trait aux relations familiales, la difficulté d'accéder à la pratique a influencé ma relation avec les membres de ma famille, mais pas nécessairement d'une manière négative. Avec mon mari, je peux parfois le culpabiliser et la culpabilité que lui-même peut vivre l'incite à me soutenir et à me motiver dans les démarches que je fais. Pour ce qui est de mes enfants, je vais les encourager et les soutenir à poursuivre leur rêve quant aux études et au domaine dans lequel ils désirent travailler.

La troisième participante : Alexa

Alexa est une femme célibataire de 40 ans, d'origine haïtienne. En 1993, sa famille a immigré au Canada et s'est installée à Ottawa, à la suite de la demande d'immigration faite par sa maman. Étant considérée une personne à charge au moment de la demande,

¹Un collège d'enseignement général et professionnel, ou Cégep, est un établissement public qui constitue le premier niveau de l'enseignement supérieur au Québec; y sont offertes des formations techniques et préuniversitaires.

Alexa a obtenu tout de suite le statut de résident permanent. Toutefois, elle avait alors l'opportunité de faire des études en médecine à l'Université d'État de Haïti, ce qu'elle fit. Alexa a ensuite travaillé en Haïti durant quatre ans, de 2002 à 2006. Elle faisait régulièrement des va-et-vient pour visiter sa famille à Ottawa, mais n'avait jamais véritablement résidé au Canada. Puis, en 2007, elle a décidé d'immigrer au Québec. Elle travaille actuellement dans le domaine de la recherche en psychiatrie et prépare parallèlement ses examens pour pouvoir obtenir l'équivalence de ses études en médecine. Elle a déjà réussi un premier examen et elle est inscrite pour la passation du troisième examen, devant par ailleurs reprendre le deuxième qu'elle a échoué.

L'entrevue a eu lieu à l'Université de Montréal, là où elle passait la journée à étudier avec des amis médecins, pour leur troisième examen dans leur processus d'équivalence de diplôme. Après quelques difficultés à se retrouver suite à un retard d'Alexa et un quiproquo au sujet du lieu de rendez-vous, l'entrevue s'est bien déroulée. Malgré son retard, Alexa s'est montrée motivée à réaliser l'entrevue. Alexa a parlé de son expérience avec aisance, a été volubile et descriptive.

Le récit d'Alexa. Les études en médecine que j'ai faites en Haïti sont gratuites. On fait six ans d'études parsemés de stages et l'état exige de pratiquer une dernière année dans une région rurale reculée; c'est une forme de service rendu à la société. Dépendamment de la localisation de la région, la pratique est supervisée par un corps médical ou le médecin fraîchement gradué travaille en collaboration seulement avec les

infirmiers et infirmiers auxiliaires. J'ai eu la chance de pratiquer dans une ville qui se trouve à deux heures de la capitale et qui possède une grande densité populationnelle. Ma pratique institutionnelle était donc supervisée. Après avoir terminé ma spécialisation en santé publique, j'ai travaillé durant quatre ans en région rurale reculée, de 2002 jusqu'en 2006, dans une entreprise privée qui louait un espace afin d'assurer des services médicaux. En échange d'un certain montant, les gens peuvent recevoir des soins médicaux et parfois même certains médicaments. Certes la médecine au privé coûte plus cher que les services publics, mais elle est de meilleure qualité et mieux contrôlée par l'employeur.

Mon immigration était une question de survie. Le kidnapping est une opération courante en Haïti, et j'ai souvent été témoin des enlèvements quotidiens dans mon environnement, aussi bien professionnel que personnel. Ma collègue a été enlevée, le fils de ma voisine de 5 ans aussi... Ils ont eu de la chance de demeurer en vie. Cette réalité m'a poussée à réfléchir sur ma sécurité personnelle dans mon propre pays. Ma famille qui résidait déjà au Canada depuis 1993 me mettait souvent face à cette réalité et me demandait d'agir, d'autant plus que leur présence au Canada faisait de moi la victime idéale pour une rançon. Immigrer était aussi une façon de mettre un terme au voyageant que je faisais pour venir visiter ma famille à Ottawa. Les démarches à faire pour venir définitivement au Canada consistait simplement à acheter un billet d'avion.

En prenant la décision de franchir le pas et de venir résider définitivement au Canada, je savais que cela allait être une aventure. Des amis et des connaissances qui vivaient déjà

ici m'ont informée que le processus de reconnaissance des diplômes est difficile, voire ardu, et certains affirment même que le but est inatteignable. J'avais droit plus à des récits négatifs de leur part quant à la possibilité d'obtenir une équivalence qu'à des récits positifs. Je n'avais donc pas vraiment d'attentes par rapport à ma profession. Je me disais : *C'est sûr que travailler comme je travaillais en Haïti, ça ne va pas être évident.* Et puis, j'avais moi-même essayé de chercher des informations sur le processus d'équivalence durant mes séjours au Canada, entre 2002 et 2006. Dans le temps, il n'y avait pas une grande accessibilité à certaines informations, comme c'est le cas actuellement; par exemple le nombre de candidats étrangers qui ont pu passer les examens ou le nombre de places disponibles pour faire une spécialité à telle ou telle université. Du coup, on pouvait se demander s'il y a des personnes qui ont pu réussir les différentes étapes. Même dans le temps, je me rappelle avoir appelé pour demander s'il y avait un modèle des examens auquel on pouvait se référer, mais la réponse que j'ai reçue était : « Madame, si vous avez étudié la médecine, vous serez en mesure de passer les examens ». Malgré que toute cette image ne me laisse pas entrevoir que la situation va être favorable pour que je puisse pratiquer ma profession, je me disais : « *Ma survie passe en premier plan* ».

L'autonomie à laquelle je tiens beaucoup m'a aussi mise face à un dilemme par rapport à mon engagement dans le processus de reconnaissance de diplôme, un processus assez long et ardu et qui n'est pas du tout garanti. Il me fallait payer mon logement, me nourrir, payer mes factures sans être une charge pour personne. J'ai donc décidé de

travailler et j'ai cherché un travail dans le domaine de la santé. *Il faudrait que je garde une certaine autonomie pour que je puisse travailler, gagner ma vie. C'est-à-dire ne pas dépendre de quelqu'un pour quoi que ce soit.* Pour rendre mon intégration plus facile, j'ai déménagé à Montréal, puisque je parle français et que j'ai un frère qui y habitait déjà.

Mon premier emploi était de l'assistanat dans un institut national de recherche scientifique. Mes fonctions consistaient à faire des entrevues dans une recherche portant sur le cancer du nez, de la gorge et de la bouche chez des fumeurs. Les entrevues se déroulaient à domicile, chez les patients, où je me sentais mal à l'aise de leur demander de ne pas fumer. Aussi, j'étais tout le temps exposée au danger de la nicotine en tant que fumeur passif. J'ai décidé de quitter cet emploi et de postuler sur un poste qui demandait une infirmière ayant des capacités de recherche. La personne devait aider à faire le suivi métabolique des personnes qui prennent des antipsychotiques. À ma surprise, ils m'ont appelée pour une entrevue et j'ai obtenu ce poste. J'apprécie cet emploi, parce qu'il me permet d'entrer en contact avec les clients même si c'est juste de manière sporadique. Même si ce contact est restreint et dans un domaine qui n'est pas vraiment le mien, il me fait prendre conscience de tout ce que j'ai perdu en perdant la relation avec les patients. Bien sûr, ce contact est tout à fait d'un autre ordre que celui vécu dans ma profession de médecin. Il consiste seulement à prendre le poids des personnes qui participent à la recherche, leur tour de taille, leur tension artérielle et de vérifier la présence de problèmes nutritionnels. Mes fonctions me permettent de prendre conscience aussi d'une autre réalité : *« Ah bien, regarde tout ce que tu as étudié, tu ne l'utilises même pas. C'est*

vraiment des connaissances que tu as acquises, mais qui ne te servent pratiquement à rien ». Oui, la réalité est que c'est un travail qui ne correspond pas à mes compétences. Celles-ci ne sont pas utilisées ou sont sous-utilisées. Et ceci me pousse à me dire : « *Si c'était pour uniquement faire ça, ce n'est pas intéressant d'avoir passé tout ce temps-là à étudier. Il faudrait que tu trouves un moyen de faire mieux* ». Cette réflexion entraîne un tiraillement entre retourner en Haïti ou m'engager complètement à faire les examens. S'engager à faire des examens équivaut à y consacrer beaucoup de temps; 4 à 5 mois par examen et il y en a trois à passer. À ne pas négliger que, pendant ce temps, il faut continuer de subvenir à ses besoins. *Quand tu te concentres vraiment pour étudier pendant quatre mois, il faut quand même que tu assures ta survie. Ça demande du temps, puis ça demande quand même que tu puisses survivre pendant tout ce temps-là. Les dépenses, qui est-ce qui s'en occupe?* En d'autres termes, ce n'est pas évident de s'engager dans le processus d'équivalence quand on travaille et surtout quand cela fait un certain temps qu'on ne pratique plus.

Il faut bien mentionner que le processus de reconnaissance ne se termine pas par la réussite des trois examens dont il est composé. Une fois les examens passés, on envoie les résultats des examens et nos diplômes au collège des médecins et il paraît qu'on exige dernièrement un document de vérification du casier judiciaire de notre propre pays. L'équivalence sera délivrée à ce moment-là mais, malheureusement, elle ne sert pas à grand-chose. Elle ne te permet pas d'avoir accès immédiatement à la pratique. Deux voies se présentent pour pouvoir accéder au permis de pratique. La première consiste à faire un

stage d'observation dans ta spécialité de base pendant 6 mois. En cas de réussite, un contrat d'un an dans une région reculée sera accordé; la pratique sera supervisée. Une réévaluation de la situation va se faire une fois le contrat terminé, un renouvellement du contrat sera possible. Au bout de trois renouvellements, on peut avoir accès au permis complet ; il demeure néanmoins très difficile de pratiquer dans une autre région. Il y a toujours une possibilité que le renouvellement ne s'effectue pas, soit parce qu'ils n'ont plus besoin d'un médecin, soit parce qu'ils ont embauché un résident ou un médecin qui a été formé au Canada et qui accepte de travailler dans cette région éloignée. J'en connais deux médecins dont le contrat n'a pas été renouvelé. Personnellement, je vais opter pour le deuxième cheminement qui est d'emblée plus sécuritaire et qui consiste de faire le programme de résidence. Le cheminement est plus sécuritaire mais il n'est pas garanti, il existe une *disparité entre le nombre de postes accordés aux étudiants canadiens et ceux accordés aux étrangers, une disparité des fois quand même criante*. Les statistiques montrent que pour 1 200 médecins étrangers qui présentent leur dossier, il y en a seulement 200 qui sont acceptés. *Or, tous ceux qui ont pris le chemin de la résidence disent qu'une fois qu'ils terminent, ils peuvent trouver un poste facilement.*

Ce processus dure depuis plusieurs années et il génère en moi plusieurs émotions. Sur le plan professionnel, j'ai l'impression que *je vendais mes services à bon marché, comme si je valais beaucoup moins que ce que je vaudrais vraiment [...]. Puis, des fois ça génère un petit peu de... on pourrait dire de colère. Ça peut générer aussi des sentiments*

de, comment on dit, de sous-estime de soi, parce que finalement, c'est comme si vraiment on se laisse sous-estimer aussi.

Voir que tu as les mêmes connaissances qu'une personne mais que, malheureusement, à cause d'une certaine structure, tu ne peux pas remplir les mêmes fonctions qu'elle me touche profondément sur le plan professionnel et personnel. Surtout que je me rends compte que je m'éloigne de plus en plus de ma profession. *Tu t'éloignes de plus en plus loin par rapport à la médecine. Si tu ne fais pas l'effort de toujours garder un contact, de toujours démontrer un intérêt, tu t'éloignes. C'est comme, c'était quelque chose que tu faisais de façon journalière, puis si tu ne le fais plus, bien tu ne peux plus le faire... C'est comme une technique aussi, c'est-à-dire si tu ne la mets pas en pratique, tu vas perdre la technique... Et si on n'a pas la possibilité de pratiquer, bien le savoir théorique il va partir. Parce que ça va être juste un rébarbatif de paroles.*

Le découragement fait sûrement partie de tout ce processus de reconnaissance qui n'est pas encore arrivé à terme. Ainsi, quand on réalise que le quota des médecins étrangers acceptés pour le programme de résidence est beaucoup plus minime que celui des étudiants qui ont fait leurs études au Québec, et à ne pas oublier aussi le coût de tout le processus, on peut dire qu'il faut être *super motivé* pour s'y engager. De nombreux questionnements parsèment les différentes démarches entreprises, tel : « *Est-ce que je vais être acceptée? Est-ce qu'ils vont me prendre? Est-ce que j'aurai une chance?* ». Et je pense que c'est vraiment *un coup de chance* si on est accepté. Même ceux qui sont

acceptés pour aller pratiquer pour un an, c'est comme avoir une épée de Damoclès au-dessus de la tête : « *Est-ce que mon contrat va être renouvelé? Éventuellement, qu'est-ce qui va se passer? etc.* ». Des remises en question sur les motifs de s'engager dans ce processus surgissent aussi quand on observe des médecins étrangers s'orienter vers d'autres domaines de la santé, comme en sciences infirmières et, par conséquent, la motivation peut parfois ne pas tenir le coup et on finit par dire « *on continue, on essaye de le faire; on va le faire juste pour le faire* ».

Certes, la motivation est une condition sine qua non dans tout ce cheminement, mais il n'est pas toujours évident de la garder inébranlable, surtout quand le support externe ou de l'entourage est défaillant. Ainsi, j'ai souvent entendu mon entourage me dire « Ah, bien c'est trop long. Laisse faire. Tu aurais pu apprendre autre chose pendant toutes ces années. Tu aurais pu faire autre chose. Tu aurais pu... ». Donc, finalement, la motivation interne, même si elle est présente, se trouve très influencée par la motivation externe. Et du coup, tu te demandes: « *Est-ce que ça vaut vraiment le coup?* ».

Dans tout cela, l'estime de soi en prend un coup et me pousse à réfléchir sur ma situation actuelle : « *Ah, bien si tu étais restée en Haïti, ça aurait été mieux pour toi peut-être* ». Et parfois je me demande si je ne suis pas en train de faire comme une autruche qui refuse de se regarder en face, ce qui m'entraîne à me dire : « *Bien, ça serait mieux si tu retournais dans ton pays puis que tu pratiques, parce que tu as étudié pour ça, etc. Au lieu de rester ici, à vivoter ou quoi que ce soit* ». C'est vrai que j'ai pris la décision

d'immigrer par souci d'assurer ma sécurité personnelle, mais en analysant le parcours de ma vie, je trouve que j'ai réussi à assurer ma survie en mettant en jeu ma carrière. En faisant le jeu de comparaison, il m'arrive de penser que j'aurais dû rester en Haïti, comme l'ont fait beaucoup de mes collègues qui arrivent à s'en sortir par rapport à la précarité de la sécurité dans le pays et qui arrivent à profiter d'une belle carrière. Oui, j'ai pu trouver un travail ici au Québec, j'ai un bon salaire, une bonne qualité de vie, mais qu'en est-il de ma carrière, de ma profession? Face aux difficultés d'y accéder, je finis par dire : « *Ok, je me fonds dans la masse, personne n'a besoin de savoir que je suis médecin* », et j'essaie de tourner la page. Mais il n'est pas si facile de tourner une page aussi essentielle dans ma vie.

Dans tout ce parcours, j'ai parfois l'impression que j'ai négligé un tout petit peu ma carrière au profit de l'adaptation au pays d'accueil, l'immigration demeurant quand même un processus complexe. Tellement les prérogatives de la vie quotidienne ont pris de la place que j'ai dû parfois reléguer ma carrière au second plan. Du coup, je me perçois de moindre valeur sur le plan professionnel, surtout que mes vraies capacités ne sont pas prises en considération ni reconnues dans mon milieu de travail. Mon quotidien professionnel me donne l'impression de ne jamais avoir étudié la médecine. *C'est une partie quand même de ta personne que tu sacrifies aux dépens de, de ce que je pourrais dire... aux dépens d'une survie. Aux dépens d'une survie quotidienne. Et des fois, finalement, quand on y réfléchit bien, des fois quand j'y réfléchis bien, je me dis : « C'est comme si je tuais à petit feu tout ce que j'ai fait pendant les sept ans que j'ai étudié ».*

Être médecin est une partie inhérente de moi-même. En faire le deuil n'est donc pas un processus évident. Je ne peux pas prétendre que toutes ces années n'ont pas existées. Même si mon projet migratoire était à la base un moyen d'assurer ma survie, les obstacles rencontrés pour accéder au permis de pratique peuvent entraîner une remise en question par rapport à ce projet de base. Mes collègues médecins qui sont toujours en Haïti sont parvenus à survivre. J'aurais pu le faire moi aussi en profitant de meilleures opportunités par rapport à ma profession. Paradoxalement, des questionnements d'un autre ordre peuvent apparaître, telle la capacité de pouvoir revivre ce que j'ai fui au départ, l'insécurité politique, l'insécurité socio-économique et ceci après avoir vécu dans un milieu où tous ces enjeux n'existent pas. Cette ambivalence est d'autant plus intense quand on commence à considérer ce milieu comme un chez soi. Il s'agit là d'une étape que je considère très importante pour pouvoir mieux fonctionner dans le milieu d'accueil et mieux évaluer la possibilité de réaliser les différents objectifs visés. C'est juste à ce moment-là qu'on pourrait commencer à faire le deuil du vrai chez soi.

La quatrième participante : Sonia

Sonia est une femme mariée de 34 ans. Elle est d'origine roumaine et elle a immigré au Québec avec son mari en 2011. Sonia a fait des études en sciences infirmières dans son pays d'origine. Elle a travaillé dans son domaine pendant 7 ans dans différents pays : la Roumanie, la Belgique et l'Autriche. À Montréal, elle fait de l'entretien ménager. Actuellement, elle est en congé de maternité.

Dans un premier temps, Sonia s'est déplacée au bureau de la chercheuse au CLSC pour être interviewée; l'entrevue n'a toutefois pas eu lieu à cause d'un malentendu quant à la durée de l'entretien. L'étude a été présentée, le formulaire de consentement a été lu et signé et le questionnaire sociodémographique a été rempli pendant cette première rencontre. Compte tenu qu'elle n'avait personne pour garder son bébé pendant son absence, il fut convenu de faire la seconde rencontre chez elle. Sonia a fait preuve d'une générosité autant au niveau de son hospitalité qu'au niveau du partage de son expérience migratoire et des obstacles rencontrés tout au long de ses démarches pour l'obtention du permis afin de travailler en tant qu'infirmière. Malgré une certaine difficulté de s'exprimer en français, elle a essayé de nous transmettre son vécu le plus authentiquement possible. Une grande fierté par rapport à son rôle maternel a été observée; des diapositives étaient exposées sur la télévision montrant des photos de ses enfants tout au long de l'entrevue.

Sonia a été contactée subséquemment dans le but de clarifier certaines données et, compte tenu de son horaire un peu serré, l'entretien s'est alors fait par contact téléphonique et a duré 30 minutes. À cette occasion, quelques mois après la rencontre chez elle, Sonia nous informe qu'elle est en train de suivre le programme de six mois de mise à jour proposé par l'Ordre des infirmières et des infirmiers du Québec (OIIQ), afin de pouvoir pratiquer au Québec.

Le récit de Sonia. J'ai fait mes études en soins infirmiers en Roumanie. Celles-ci étaient parsemées de stages dans différentes spécialités. Même avant d'avoir terminé mes

trois années d'études, j'ai commencé à travailler en tant que préposée. Une fois les études terminées, j'ai travaillé comme infirmière dans une unité d'oncologie pédiatrique pendant 4 ans (2003 - 2007). Le travail était dur; je pourrais le comparer à un cimetière. En 2007, j'ai décidé de sortir de la Roumanie et je me suis installée en Belgique où j'ai travaillé en tant qu'infirmière pendant 2 ans. Ma dernière destination avant d'immigrer au Québec a été l'Autriche. Mon mari, qui est lui-même Roumain, y vivait depuis des années et il n'acceptait pas de quitter ce pays, surtout que beaucoup de membres de sa famille vivaient déjà là-bas. Certes, la langue était un obstacle au départ, mais après trois mois de cours intensifs, j'ai pu décrocher un emploi.

En Autriche, je me suis sentie seule et étouffée par l'omniprésence de la famille de mon mari. J'ai décidé de quitter l'Autriche pour venir au Canada. Un retour en Roumanie n'a aucunement été considéré parce que je voulais mener une vie où il n'y a pas la peur du lendemain en raison de revenus insuffisants. L'idée de présenter une demande d'immigration au Canada est venue de mon frère. Nous avons présenté nos dossiers ensemble. Mon mari n'était pas du tout partant pour l'idée au départ, mais avec le temps j'ai réussi à le convaincre.

Venir au Canada constituait un rêve pour moi. Deux de mes frères y vivaient déjà et ils m'ont souvent décrit ce pays en termes positifs. En préparant les différentes démarches d'immigration, j'ai lu des livres sur le Québec et j'étais déjà au courant que les infirmières venant de l'Europe de l'Est, comme de la Roumanie, ont besoin de faire une mise à jour

de quelques mois. J'ai voulu *tellement fort* que ma demande soit acceptée, je n'ai même pas ressenti le besoin de poser des questions sur la possibilité de pratiquer ma profession lors de l'entrevue à l'ambassade. L'adaptation à un autre pays, une autre culture, ne me faisait pas peur. J'étais déjà passée par là à deux reprises sans grande difficulté. L'importance pour moi était de pouvoir protéger ma famille, même si je n'avais pas encore d'enfants, mais on voulait fonder une famille.

Au fond, je ne pensais pas avoir de difficultés à trouver du travail dans mon domaine, surtout que j'ai pu travailler en Autriche alors que je ne connaissais même pas un seul mot en allemand. Comme je parle déjà le français, je m'attendais franchement à ce que ce soit plus facile ici, au Québec. J'ai été vraiment surprise! Ma surprise ne réside pas dans le programme de mise à jour que je dois faire. C'est plutôt que je n'ai pas rencontré des personnes qui pouvaient m'encourager, qui voulaient m'encourager. Par contre, j'ai rencontré des personnes qui m'ont fait pleurer, qui m'ont fait sentir comme si j'étais un danger pour elles. Elles m'ont fait ressentir tout simplement mal. Au départ, j'ai pensé que le fait d'avoir travaillé dans trois pays en Europe allait être un élément facilitateur, surtout au regard de mon expérience en Belgique où j'ai pu pratiquer ma profession en parlant le français, et cela pendant deux ans, sans aucun problème.

En fait, les démarches à faire auprès de l'OIIQ a été source de stress et de découragement. Malgré que j'aie présenté mon dossier avec tous les documents originaux, ils m'ont demandé d'autres documents que j'ai eu de la misère à obtenir. Par exemple, en

Autriche, ça ne fait pas partie de leurs normes de donner des attestations autres que les originaux que j'avais déjà. J'ai envoyé une amie très proche pour qu'elle puisse leur expliquer la situation sans succès. J'ai donc dû me réveiller à 3 h du matin pour appeler en Autriche, compte tenu du décalage horaire, afin d'expliquer au responsable la nature des documents demandés pour aboutir au même résultat. Imaginez que ce sont des démarches que j'ai dû faire dans les trois pays où j'ai travaillé. C'était stressant et la situation m'a aussi fait perdre toute l'énergie que j'avais en arrivant au Québec. Le plus dur était que l'information donnée par l'Ordre manquait de clarté. Pour compliquer davantage la situation, la personne qui était responsable de mon dossier a quitté son emploi, laissant peu de traces des démarches déjà faites. Je me suis sentie perdue et *c'était une horreur pour moi d'appeler ou de laisser un courriel à l'Ordre, ça me donnait un stress énorme*. Sûrement que toute cette situation a eu un impact assez important sur ma motivation. Je ne trouvais pas sensé de perdre autant de temps à chercher des attestations. La personne qui est dans cette position de décision devrait comprendre qu'en venant ici, on a laissé la famille, les amis, des habitudes, un travail. Bref on se sent perdus, on commence exactement à zéro, et on vit déjà beaucoup d'émotions.

La qualité de mon français et surtout la grammaire était un autre obstacle dans tout ce processus de reconnaissance de mon diplôme et expériences de travail. L'Ordre a même trouvé que je n'avais pas le bon niveau de grammaire et que je n'étais pas prête à suivre un cours de francisation afin d'améliorer la qualité de mon français écrit. Je suis consciente que je suis faible en grammaire, mais je ne veux pas travailler en tant que professeure de

français, je veux travailler dans le domaine des soins, c'est là où ma force réside. Entendre des commentaires pareils était dur, surtout qu'en comparant à la période où j'ai travaillé en Belgique, je parle beaucoup mieux le français. Heureusement que dans mon parcours, si j'ai fait des rencontres avec des personnes qui m'ont découragée, d'autres étaient comme des rayons de soleil dans ma vie et m'ont donné le goût de poursuivre. Tel est le cas de mon médecin de famille. Elle m'a vraiment encouragée et m'a donné confiance; elle a insisté que ce n'est pas la qualité de la grammaire qui est au cœur de la relation avec le patient.

Bref, toutes ces démarches, la longueur du processus, l'attente ont eu beaucoup d'impact sur mon estime de moi et j'étais sur le point de baisser les bras. À beaucoup de moments, j'ai senti que je n'ai pas de valeur ici et je me consolais en me disant « *ce n'est pas grave, j'ai de la valeur aux yeux de ma famille, de mon mari et de mes deux enfants* ». Même pour l'entretien ménager, j'ai dû supplier pour avoir un travail. Je ne pouvais plus rester entre quatre murs. Je suis venue au Québec pour travailler et non pas pour être sur l'aide sociale. Je suis en bonne santé et je veux travailler. Heureusement que mon mari a pu trouver un travail en arrivant pour qu'on puisse subvenir à nos besoins, et cela grâce à une personne roumaine.

Un programme de mise à jour de six mois ou travailler pendant 40 jours sous la surveillance d'une infirmière et passer un examen théorique à l'OIIC est la décision de l'Ordre, et cela huit mois après avoir soumis mon dossier. *Quand j'ai reçu la décision,*

déjà je tremblais parce que je ne me trouvais pas capable de recommencer, de passer des examens. Oh, je me dis qu'à mon âge, je me trouvais vraiment perdue, déçue; ce n'est pas pour moi de recommencer des examens, ça fait trop longtemps que je n'ai pas étudié.

Cette décision m'a beaucoup stressée, je n'avais pas le courage d'entamer tout ce processus surtout que, personnellement, j'accorde beaucoup plus d'importance à la pratique et l'expérience qu'à la théorie. Je peux accepter d'être écartée du domaine de la santé si, par exemple, on m'intègre dans le milieu de travail et que je commets une erreur professionnelle. Mais juste l'idée que je peux perdre la chance de pratiquer comme infirmière parce que j'ai raté mes trois chances de passer les examens me fait très peur et je ne me sens pas assez forte pour aller de l'avant. En plus, j'étais très découragée par des personnes autour de moi par rapport à la possibilité de réussir les examens de l'Ordre. Mon voisin, qui est infirmier et qui vient aussi de la Roumanie, s'est présenté deux fois à l'examen pour finir par le réussir. Il m'a dit que c'est une question de chance, comme gagner à la loterie. On m'a dit aussi que, pour réussir, il faut se donner complètement aux études et ce n'était pas possible pour moi parce qu'au début, quand j'ai reçu la décision, j'étais enceinte et c'était ce que je désirais le plus au monde, fonder une famille.

Sur le plan professionnel, j'étais en train de faire le deuil de ma profession parce que je n'avais pas le courage d'aller jusqu'au bout, parce qu'il faut bien s'occuper de la famille et du mari, ne pas se laisser envahir par la pression des études et le négliger, surtout que c'est moi qui l'ai convaincu d'immigrer. *Quand j'y pense bien, où je pourrais commencer? Le mari, il faut bien le gâter, parce que moi je suis la femme, je dois*

m'occuper de mon mari, lui parler gentiment, ne pas être stressée avec lui, parce que lui il a aussi des motifs pour s'extérioriser, s'énerver. Alors qu'est-ce qu'on va faire si je suis fâchée ou irritée? Passant ma journée avec les balayeuses, à nettoyer, me font sentir le besoin du contact humain et je me dis à ce moment-là : *Oui, oui, je recommence, même si c'est dur avec la théorie tout ça, je voudrais recommencer.* J'aime bien prendre soin des gens, sentir que je fais une différence dans leur vie. En Europe, le rôle de l'infirmière est différent d'ici, elle s'occupe même de l'hygiène du malade. J'ai travaillé ainsi dans un centre d'hébergement, où j'ai dû donner le bain aux personnes âgées et cela me donnait un sentiment de gratification de les voir bien pimpantes. J'entendais souvent des commentaires comme « On n'a pas besoin du soleil, parce que c'est toi le soleil ». Alors qu'ici, les obstacles rencontrés m'ont fait sentir que je n'avais pas de valeur en tant qu'infirmière, malgré tout ce que j'ai appris pendant toutes ces années d'expériences dans différents pays.

La longueur du processus de reconnaissance et l'attente sont aussi des obstacles qui empêchent d'avoir la même énergie, de se sentir à l'aise de dire que voilà, je vais avoir une valeur ici aussi. Mais aussi, si ça fait longtemps qu'on ne pratique pas, on a beaucoup de chance de perdre l'habitude, la dextérité et par conséquent, avoir moins confiance en soi. Bref, ce n'était pas bon pour moi. Alors que travailler comme aide-ménagère ne me fait pas sentir comme une personne de moindre valeur. Je suis une personne qui vient de la campagne et j'ai travaillé dur depuis mon enfance. En plus des études, j'ai dû aider à la ferme et à faire le ménage; je me réveillais à 4 heures le matin pour terminer mes devoirs.

Par contre, je suis fière de moi parce que j'ai la santé et le courage de le faire pour sauvegarder ma famille et pour être une bonne maman pour mes enfants. Il faut dire aussi que je suis obligée de travailler... parce qu'il faut gagner de l'argent pour vivre. Je dois donner à boire et à manger à mes enfants. Je ne peux pas donner seulement du lait. Actuellement, je fais des démarches auprès du Carrefour jeunesse pour être préposée, parce que travailler dans le domaine de la santé me manque ainsi que le fait de prendre soin des autres. Faire du bien aux autres me fait du bien à moi aussi, je me sens mieux de donner que de recevoir.

Toutes les démarches et la difficulté d'accéder vite au marché du travail comme c'était le cas dans les différents pays où j'ai pratiqué auparavant m'ont beaucoup influencée sur le plan personnel. J'étais stressée, agitée et déçue. Je réalise que le stress que j'ai vécu pendant cette période alors que j'étais enceinte, a laissé son impact sur mon enfant. C'est un enfant stressé, agité, impatient qui se fâche facilement. *Je suis sûre que c'est à cause de moi que mon enfant est agité, se fâche facilement. Il est un reflet de moi pendant la période de ma grossesse à cause de toutes les démarches. J'ai envie de reculer en arrière pour changer les choses.* Je suis dans la certitude que c'est à cause de moi, surtout quand je vois la différence entre lui et son petit frère qui est calme. Le voir ainsi, anxieux, me fait tellement me sentir coupable.

C'est vrai que je ne m'attendais pas à vivre tout cela quand j'ai pris la décision d'immigrer. Mais je ne regrette pas ma décision parce que je l'ai fait pour ma famille.

Parfois, je peux me dire que d'autres personnes ont eu peut-être une expérience pire que la mienne. J'ai décidé qu'il vaut mieux être contente que de remettre ma décision en question, ce qui ne va pas être du tout aidant pour moi. *J'ai pris la décision, j'ai avancé mon pied droit... je voudrais continuer.*

La cinquième participante : Adriana

Adriana est une femme mariée de 35 ans d'origine péruvienne. Elle est mère de deux enfants nés au Québec. Dentiste de formation, elle a travaillé pendant 5 ans dans son pays d'origine avant d'arriver au Québec en mars 2009. Avec son mari, qui a également une formation en médecine dentaire, elle s'installe à Montréal. Actuellement, elle termine ses études comme hygiéniste dentaire dans un Cégep anglophone tout en travaillant à temps partiel comme assistante dentaire.

L'entrevue a eu lieu au bureau de la chercheuse, dans un CLSC. Adriana s'est présentée à l'heure prévue. Une petite gêne a été observée au début de la rencontre mais qui s'est vite dissipée. Des moments d'hésitation ont été observés dû à une difficulté à trouver le mot en français pour refléter son vécu. Adriana nomme qu'elle a perdu un peu son français, surtout qu'elle fait actuellement des études en anglais. À la fin de l'entrevue, elle demande si son mari pourrait participer à l'étude parce qu'il présente un intérêt à partager son expérience; elle insiste sur le fait que leur cheminement est différent. Nous acquiesçons à cette demande et lui expliquons qu'il sera pertinent de demeurer discrète

sur le contenu de l'entrevue auprès de son mari pour garder l'authenticité du partage de son expérience personnelle.

Le récit d'Adriana. J'ai fait mes études en médecine dentaire au Pérou. Ce sont des études d'une durée de cinq ans. La dernière année est une année de stage où on pratique dans différents milieux, aussi bien urbains que ruraux. Après avoir terminé mes études, j'ai fait une année de stage rémunéré au nord du pays. Cette année est une exigence dans le cas où un dentiste désire présenter sa candidature à un poste au gouvernement. En terminant ce stage, je suis retournée à Lima où j'ai travaillé à temps partiel dans mon propre cabinet privé que je partageais avec mon mari, lui aussi dentiste. J'ai travaillé aussi comme employée dans d'autres cabinets dentaires.

L'immigration était une décision de couple dans le but d'améliorer notre situation financière parce que le domaine de la santé n'est pas bien payant au Pérou. Par contre, si on avait pu décrocher un poste au gouvernement, la situation aurait pu être différente parce que dépendamment des postes, un poste privé ou semi-privé, les dentistes peuvent être bien rémunérés. Il y a beaucoup de candidatures pour un nombre restreint de postes au gouvernement. L'autre raison qui sous-tendait notre décision est celle de la sécurité; il existe beaucoup de délinquance et de violence au Pérou. En faisant nos recherches pour mieux concrétiser notre décision, mon mari a trouvé que le Canada est classé parmi les pays qui attirent le plus d'immigrés. Et on a choisi plus spécifiquement le Québec parce que dans les autres provinces, ils exigent une plus grande somme d'argent pour présenter

une demande d'immigration. Au moment de faire notre demande, le Québec exigeait un minimum de trois à quatre mille dollars.

En 2007, les démarches de préparation ont commencé par une participation à une session d'information qui se donnait à l'Alliance française à Lima. C'était un Péruvien qui l'animait; il nous a encouragés dans notre projet. Nous avons décidé d'entamer les démarches nécessaires malgré qu'on n'ait jamais été exposé à la langue française auparavant. On s'est dit « *on va commencer à apprendre le français et à préparer tous les papiers d'immigration* ». On a pris des cours intensifs de français pendant deux ans. L'étude de notre dossier a pris presque deux ans et demi. Et finalement, on a passé l'entrevue à l'ambassade du Canada au Pérou où ils ont approuvé notre projet. À cette période, j'étais enceinte de 5 mois.

Tout au long de cette procédure, on a cherché des informations par rapport à la possibilité de pratiquer notre profession au Québec. On savait donc que pratiquer en tant que dentiste n'était pas une possibilité parce que c'est une longue démarche qui nécessite un retour aux études à l'université et que cela coûte cher. Un ami qui a eu son diplôme de la même université péruvienne que moi a refait des études en médecine dentaire ici au Québec. Cela lui a pris trois ans d'études qui lui ont coûté 70 000 \$. Par contre, on peut suivre un AEC, une attestation d'études collégiales, conçu pour les dentistes étrangers pour devenir hygiéniste et le programme est d'une durée d'un an. Il s'agit d'un programme

subventionné par Emploi Québec. On a aussi la possibilité de trouver un travail en tant qu'assistant dentaire à notre arrivée au Québec.

Je peux qualifier mon arrivée au Québec comme étant un petit choc. Arrivant dans un milieu où je ne possédais rien, j'habitais avec mon mari chez une amie. Je ne pouvais pas travailler alors que je suis une personne active qui n'est pas habituée à ne rien faire. En plus, j'arrive dans ce nouveau milieu enceinte de sept mois. En consultant le CLSC pour avoir des informations par rapport au suivi de grossesse et à l'accouchement, on m'informe que puisque je viens d'arriver et que je n'ai pas encore la carte d'assurance maladie, je dois payer moi-même mon accouchement qui peut coûter selon l'intervenante 20 000 \$. Je m'étais pourtant renseignée à la Régie de la santé et des services sociaux et on m'avait dit que la grossesse fait partie des exceptions que le gouvernement paye, même en l'absence de la carte d'assurance maladie. Sentant qu'elle n'a pas les informations pertinentes par rapport à ma situation, j'ai décidé de faire une requête auprès de deux hôpitaux. L'un d'eux a refusé ma demande en absence d'une référence médicale alors que le deuxième hôpital l'a acceptée et on m'a contactée au huitième mois de grossesse. C'était une période très stressante pour moi et j'ai pensé à retourner chez nous.

Le deuxième évènement que je peux qualifier comme un choc est la nouvelle qu'on apprend lors d'une session d'information animée par l'Ordre des hygiénistes dentaires au Cégep Maisonneuve-Rosemont. Il s'agissait d'une session d'une durée de huit heures au terme desquelles on nous annonce que « pour cette année et pour les années à venir, le

AEC est fermé; il n'y a plus d'AEC jusqu'à nouvel ordre ». Je me suis sentie mise dans une situation où il m'était difficile d'espérer et je sentais que tous mes projets étaient chamboulés. Il me restait à me conformer à la décision de l'Ordre des hygiénistes dentaires à la suite de l'étude de mon dossier, qui est celle de faire trois cours pour pouvoir être admise à l'Ordre. Une liste des Cégeps qui donnent la formation d'hygiéniste dentaire m'a été acheminée mais, malheureusement, la formation dure trois ans et non plus un an, comme on l'avait prévu en construisant notre projet migratoire. Un an après cet événement, on reçoit une lettre qui nous informe qu'un AEC se donne à Chicoutimi. La situation ne nous convenait pas vraiment, on trouve que Chicoutimi est loin et on trouvait que payer 1000 \$ pour la soumission de la demande est assez risqué, une somme non remboursable en cas de manque de places. Je décide de continuer à chercher un Cégep où je pourrai répondre aux exigences de l'Ordre quant à la délivrance d'un permis.

Et la galère continue, celle de pouvoir trouver une place dans un Cégep. J'ai perdu trois ans à faire des démarches auprès de Cégeps sans aucun résultat; toujours la même réponse : « pas de place pour cette année ». La difficulté est qu'on ne peut présenter une demande que dans un seul Cégep à la fois. Je n'étais pas la seule dans cette situation. J'avais des amis péruviens qui étaient dans la même démarche. On était sûr qu'on allait réussir les examens exigés mais on anticipait toujours la réponse négative, on se soutenait dans toute cette procédure. Malheureusement, mon mari n'a pas pu suivre le même cheminement; il a dû trouver un emploi pour subvenir à nos besoins. Finalement, une amie m'a suggéré de présenter des demandes aux Cégeps à l'extérieur de Montréal, surtout que

les demandes faites auprès des Cégeps montréalais étaient toutes refusées. Un des Cégeps auquel j'ai présenté ma candidature a écarté ma demande parce qu'ils ont jugé que j'étais « surqualifiée ». Ils acceptent juste les étudiants qui ont un minimum de huit cours à faire. C'était une période très difficile pour moi dans laquelle j'étais vraiment soutenue par ma mère; je l'appelais souvent et elle me conseillait de patienter, elle m'a même suggéré de nous aider financièrement. À la fin, j'ai décidé de soumettre ma candidature à un Cégep anglophone et j'ai été acceptée. L'acceptation a coïncidé avec ma deuxième grossesse. Mes trois cours se sont étalés sur trois ans. Je termine bientôt ma formation qui était donnée en anglais.

Actuellement que je suis au bout du tunnel, je me sens un peu plus intégrée dans la société mais cela a pris trop de temps, ce qui n'était pas prévu quand mon mari et moi avons décidé d'immigrer au Québec. Dans tout ce parcours, il y a eu beaucoup de moments de découragement malgré que je sois une personne qui essaie de voir toujours le côté positif des situations. La fermeture du programme d'AEC était de ces moments-là. *Oui, ça décourage beaucoup et se demander qu'est-ce qu'on va faire le lendemain, où est-ce qu'on peut trouver une place... Oui, ça décourage beaucoup.* Et le découragement est toujours plus important et intense à chaque fois qu'on est de retour des vacances passées au Pérou. La première année que je suis allée pour une visite au Pérou, c'était après mon accouchement. J'y ai passé quatre à cinq mois et à chaque fois que mon mari m'appelait pour me demander s'il me réservait le billet de retour, je lui disais « *Mais pourquoi, qu'est-ce que je vais faire là-bas?* ». Compte tenu que j'avais toujours mon cabinet au

Pérou, j'ai recommencé à travailler et ma mère gardait ma fille. « *Je me sens confortable ici, qu'est-ce que je vais faire si je retourne?* » C'était la phrase que je me répétais. Ma fille était très jeune et je me sentais tellement à l'aise avec l'aide que ma mère m'offrait. De retour au Québec, c'est grâce au soutien de mon mari que j'ai réussi à dépasser mon découragement. Mais la dernière fois, c'est plutôt mon mari qui a été démoralisé. J'ai essayé de le soutenir en lui disant : « *Non, pourquoi? Continue, continue, j'ai plus de temps pour t'aider maintenant que les enfants sont plus grands* ».

C'est la présence de ma fille dans ma vie qui m'a donné le courage de continuer. Je me rappelle aussi qu'en arrivant, il m'était difficile de ne pas bouger, de ne pas utiliser mes mains, de ne pas travailler. Je me suis présentée au CLSC pour vérifier la possibilité de travailler. On soulève ma grossesse comme un empêchement pour travailler alors que moi, je ne trouvais pas que c'était un obstacle. On soulève aussi la question de mes compétences en me disant « tu n'as pas les compétences pour être dentiste ou hygiéniste ». C'était un peu difficile pour moi d'entendre ces mots-là. C'était comme si *tout le temps et l'argent que mes parents ont dépensés pour moi, pour que je devienne professionnelle (parce que là-bas ce sont les parents qui s'occupent de l'éducation de leurs enfants jusqu'à l'université, jusqu'à la fin) n'ont servi à rien*. Je pensais dans ces situations davantage à mes parents.

Je considère qu'être hygiéniste est beaucoup plus facile pour moi à pratiquer et comporte moins de responsabilités. Mais j'ai peur, je crains de perdre de la dextérité. Parce

que je me sens capable de faire tout ce que je faisais avant, de le faire bien. Je sais que je garde mes compétences en tant que dentiste et j'estime que l'université où j'ai été formée est une très bonne université. Les professeurs au Cégep me répètent souvent : « Tu as de la dextérité pour faire les choses, avant les autres, on n'a jamais vu un dentiste comme toi. Tu dois être dentiste ». Ces paroles m'encouragent et me découragent en même temps parce que je sais que je ne peux plus le faire, je n'ai pas le droit tout simplement. C'est triste parce que j'aurais aimé aller plus loin dans ma profession surtout que j'ai toujours été attirée par la chirurgie, l'orthodontie. Certes qu'il existe des spécialités en technique d'hygiène dentaire qui peuvent m'intéresser, mais ce n'est pas le même cheminement. Il faut bien dire aussi que l'image reflétée par un dentiste demeure différente de celle de l'hygiéniste. Ainsi, au Pérou, tout le monde me reconnaissait, c'est comme tout le monde te voit différent, par exemple, ils te disent : « Docteur, comment allez-vous? Docteur, vous... Ah, c'est bien. » Tout le monde te reconnaît... Si j'avais le choix d'être dentiste ou hygiéniste, bien sûr que je serais dentiste, parce que c'est plus indépendant, comme avant. Certes que c'est un milieu plus petit et les patients sont des amis, des voisins, des connaissances, etc. Ainsi, pendant la première année d'immigration, les patients appelaient pour prendre des rendez-vous. Ma mère m'a fait une liste et je les ai appelés à mon arrivée au Pérou. La relation avec cette clientèle n'était pas basée simplement sur les habilités professionnelles, mais aussi sur la confiance. Ce qui rend la situation actuelle un peu décourageante, c'est qu'à l'intérieur de moi, je me sens professionnelle et je me sens bien. C'est ça que je dis toujours à mon mari : « On est des professionnels, on a étudié. Ça ne va jamais changer. Et si tu continues d'étudier, tu vas développer tes connaissances ».

Il y a aussi l'autre versant au fait d'être encore aux études, soit celui de ne pas vraiment être intégré au marché du travail, comme d'autres couples immigrants que nous côtoyons le sont. Cette réalité peut être parfois source de gêne parce que les autres peuvent penser comme : « Ah, ils ne travaillent pas, ils font seulement étudier ». Parfois par exemple, mon mari peut dire qu'il a préparé un gâteau au chocolat. Je lui demande alors de ne pas aborder de sujets pareils pour éviter les mauvais commentaires comme « Ah, il s'occupe de la cuisine ».

C'est vrai que dans tout ce processus, j'ai eu la chance de travailler à temps partiel comme assistante dentaire depuis 2010 et je me sens vraiment confortable dans le cabinet dentaire où je travaille, surtout qu'il y a une clientèle assez importante qui parle la langue espagnole. Malheureusement, mon mari n'a pas eu la même chance surtout qu'on avait le même projet dans le but de s'intégrer au marché de travail. Toutefois, le domaine de l'assistance dentaire, aussi bien que celui d'hygiéniste, est un domaine plutôt féminin. Il n'a jamais pu trouver du travail dans le domaine, malgré qu'il ait postulé à plusieurs endroits. Il a dû travailler dans une usine pour assumer les responsabilités financières. Il a été au chômage et il a ensuite décidé de faire un retour aux études.

La longueur de la procédure, les obstacles que nous avons rencontrés par rapport à notre projet et à la non intégration au marché du travail ont eu un impact sur nous en tant que couple, surtout sur mon mari. *Ça affecte un peu mon mari et moi, parce que le fait de ne pas travailler tout le temps, ça, c'est un peu difficile, plus pour mon mari que pour moi*

je pense. Et ça affecte aussi entre nous... Je le sens triste et découragé malgré qu'à aucun moment je lui ai insinué quoi que ce soit concernant la nécessité de travailler. L'impact de la longueur du processus est important parce qu'il ne concorde pas avec le plan qu'on a établi par rapport à notre vie professionnelle et notre intégration à Montréal. Ce dernier consistait à terminer toute la formation d'hygiéniste dans un an ou, maximum, un an et demi, de commencer à travailler et d'avoir assez d'argent pour pouvoir construire notre vie ici. Or, la réalité est tout à fait différente et notre plan n'a pas tenu la route. Toutes les démarches ont été tellement longues, on a perdu du temps et de l'argent. Si je pouvais reculer dans le temps, je n'opterais pas pour ce choix, l'immigration. On aurait en tant que couple pensé à d'autres possibilités pour améliorer notre situation, telle quitter la capitale où il y a beaucoup de concurrence pour aller vers la campagne, au nord du pays, là où j'ai fait mon stage. Actuellement, c'est un milieu en plein développement et épanouissement. Mon choix de rester ici est juste pour épargner à mes enfants les difficultés qu'on a nous-mêmes vécus. Ils ont beaucoup d'opportunités ici et ils vont pouvoir suivre leurs études universitaires ici ou au Pérou, selon leur propre choix. J'ai même envisagé la possibilité d'aller vivre dans une autre province parce que les hygiénistes y sont mieux payés. Mais pour le moment, je pense juste au bien de mes enfants, surtout que ma fille est très intégrée dans son école; elle est prise en exemple pour son comportement. On a eu la chance de pouvoir l'inscrire dans une école privée subventionnée, parce que l'école de quartier ne m'a pas été recommandée. Quant à un éventuel retour au Pérou, il sera envisagé si je réalise que mon mari est toujours malheureux ici. Je lui ai même dit : « *On va faire ce que*

tu veux. Si tu veux retourner, on va le faire. C'est notre décision, mais on doit bien penser aux conséquences ».

Le sixième participant : Juan

Juan est un homme marié de 36 ans, d'origine péruvienne. Il est père de deux enfants qui sont nés au Québec. Il a fait une formation en médecine dentaire dans son pays où il a travaillé pendant sept ans. Il est arrivé avec son épouse au Québec, également dentiste au Pérou, en mars 2009 (c'est le mari d'Alexa, la cinquième participante). Ils s'installent à Montréal. Actuellement, il est aux études. Il fait une formation collégiale dans le but d'obtenir une attestation d'études collégiales (AEC) dans le domaine de gestion de la chaîne d'approvisionnement et logistique. À son arrivée au Québec et jusqu'en 2010, il a travaillé comme préposé à l'emballage dans une usine.

L'entrevue a pris place au bureau de la chercheuse, au CLSC. Il est arrivé un peu en retard à son rendez-vous. Il parle facilement de son expérience migratoire; son discours est bien organisé, reflétant clairement les démarches faites pour préparer son immigration. Il dévoile aisément tous les enjeux affectifs liés à la procédure d'intégration au marché du travail ainsi que le cheminement fait pour les réguler.

Le récit de Juan. J'ai fait mes études en médecine dentaire à l'université péruvienne à Lima. C'est une formation de cinq ans et les deux dernières années sont plutôt consacrées aux stages. Ces derniers ont généralement lieu dans des milieux défavorisés. Après avoir

terminé mes études, j'ai travaillé pour le gouvernement dans le cadre du « Service rural urbanomarginal de santé ». Puis j'ai travaillé pendant un an dans une province où il y a beaucoup de pauvreté et des besoins de services dans le domaine de la santé. C'était une expérience très enrichissante où on se débrouille tout seul, sans aucune forme de supervision, dans une équipe multidisciplinaire. C'est une expérience qui nous permet de devenir un meilleur professionnel et surtout une meilleure personne. Opter pour une telle formule nous donne l'opportunité de présenter notre candidature pour travailler au gouvernement, parce qu'au Pérou il faut avoir un bon poste en parallèle avec notre pratique privée pour avoir une bonne qualité de vie. Mais malheureusement, on a besoin d'une bonne recommandation pour avoir accès à un tel poste. Une fois le contrat terminé, j'étais de retour à Lima où j'ai travaillé dans mon cabinet privé avec ma femme en ayant aussi un emploi dans un autre cabinet privé. Généralement, des postes pareils ne sont pas bien rémunérés, juste 300 \$ par mois. Quant à notre pratique privée, on a besoin de temps pour monter notre propre clientèle.

Notre situation financière et notre goût d'avoir une meilleure qualité de vie (surtout qu'on comptait fonder une famille) nous ont motivés à envisager la question de l'immigration. Mais on cherchait aussi une certaine sécurité, surtout que la violence commence à être davantage présente au Pérou. En prenant ce dernier point en considération, j'ai jugé que le Canada répondait mieux à ce critère que les États-Unis où il existe beaucoup de violence. Et on a choisi spécifiquement le Québec parce que le coût de la vie y est moins cher que dans les autres provinces, qu'il existe des subventions

offertes pour soutenir les familles à faible revenu, mais aussi parce que les langues française et espagnole ont une même origine, le latin, et qu'il serait donc facile de l'apprendre. Notre décision a été renforcée aussi par notre participation à la session d'information donnée par un Péruvien qui a donné beaucoup de renseignements sur le Québec.

Plusieurs démarches ont été mises en place pour préparer notre immigration, surtout qu'il faut monter un projet qu'on doit présenter durant notre entrevue à l'ambassade. Pendant deux ans, on a pris des cours intensifs en français au Pérou. On a pu terminer le niveau avancé. On a néanmoins inscrit « niveau intermédiaire » sur notre demande, pour aviser de notre niveau pour l'entrevue qui allait avoir lieu à l'ambassade du Canada au Pérou. On s'est renseigné par rapport à la pratique de notre métier, et j'ai réalisé que la démarche était assez longue. Mais un autre chemin se présente, celui d'hygiéniste dentaire. Le projet consistait à travailler comme assistant dentaire à notre arrivée en commençant à faire les équivalences pour être hygiéniste dentaire. D'autant plus que j'ai lu que l'hygiéniste dentaire est aussi bien payé qu'un ingénieur. Mes lectures sur ces différentes possibilités m'ont donné beaucoup d'espoir par rapport à notre projet d'installation au Québec. Je ne me suis jamais renseigné sur les démarches à faire pour pratiquer en tant que dentiste; je savais que ce serait un processus difficile. Je me suis néanmoins dit *« si je ne suis pas à l'aise comme hygiéniste dentaire, je vais faire des équivalences pour devenir dentiste »*.

Le certificat de sélection du Québec, le CSQ, nous a été délivré deux ans et demi après la soumission de notre demande d'immigration. À la suite de cela, nous avons présenté tous nos documents à l'ambassade du Canada afin d'avoir le visa de résident permanent. Une étape qui a duré trois mois. Pour accélérer les démarches d'intégration au marché du travail, ma femme et moi avons présenté une demande d'inscription à un Cégep à Montréal en janvier 2009, alors que nous étions toujours au Pérou. Nous avons reçu une réponse en avril, peu de temps après notre arrivée à Montréal le 26 mars 2009. Cette réponse était négative en raison d'un manque de places.

Mes attentes par rapport au pays d'accueil ainsi que mes espoirs se sont vite écroulés et j'ai dû faire face à la réalité bien vite. J'ai envoyé mon CV à plusieurs cabinets ainsi qu'à des services de placement pour trouver un poste en tant qu'assistant dentaire, et ce, sans succès. J'ai été appelé une fois pour une entrevue, mais je n'ai pas été retenu pour le poste. Finalement et compte tenu que j'ai envoyé mon CV plusieurs fois à un même service de placement, un responsable m'a appelé pour m'expliquer que le poste d'assistant est plutôt réservé aux femmes. J'ai beaucoup apprécié son geste et j'ai trouvé après-coup qu'il avait raison parce que même au Pérou, je n'ai jamais vu un homme exercer ce métier. D'ailleurs ma femme a pu trouver un poste après son congé de maternité, une semaine après avoir postulé. Ceci m'a poussé à chercher du travail dans un autre domaine. Ma femme étant enceinte, je devais travailler pour subvenir à nos besoins et surtout préparer l'arrivée du bébé. J'ai travaillé comme préposé à l'emballage jusqu'en février 2010. Par la suite, j'ai été au chômage et j'ai suivi des cours de francisation.

Le premier refus que j'ai reçu en avril 2009 du Cégep a été suivi par deux autres et ceci pour la même raison, soit le manque de places. Le problème est qu'on a le droit de ne présenter qu'une seule demande par année à un Cégep de notre choix. Toujours la même réponse, sans avoir une ressource pour me dire comment je peux améliorer mon dossier pour que je sois accepté. Je pense qu'il y a beaucoup des dentistes étrangers qui font les mêmes démarches, j'avoue que je suis un bon dentiste, mais il doit y en avoir des meilleurs que moi et par conséquent des meilleurs dossiers. Et je pense qu'il y a beaucoup de demandes au niveau des Cégeps francophones, ce qui génère un manque de places. Dans les Cégeps anglophones, la pression doit être moindre puisque ma femme a été acceptée dès la première fois qu'elle y a soumis sa candidature.

En 2011, j'ai soumis ma dernière demande à un autre Cégep. Une fois de plus, j'ai essuyé un refus. J'avais toutefois présenté une demande en même temps à l'école polytechnique, en génie biomédical. Cette demande a aussi été refusée, mais j'étais accepté en génie des mines, qui était mon deuxième choix. Le Pérou est connu pour être un pays minier et son économie est forte grâce à la mine. J'ai choisi génie des mines parce que je pourrais ainsi retourner dans mon pays et trouver un bon emploi, surtout qu'après trois ans, j'ai commencé à avoir moins d'espoir de rester ici. Mais j'ai laissé tomber les études après deux ans parce que je trouvais que c'était un peu dur pour moi, surtout les mathématiques. On a eu un autre enfant et ma femme a commencé sa formation au Cégep. Il m'était difficile de concilier le tout, surtout qu'il faut avoir beaucoup de temps pour réussir à l'université. J'ai décidé de revenir dans le domaine de la santé mais j'ai dû faire

une année de cours préalables à l'Université de Montréal. J'ai eu des bonnes notes mais je n'ai pas pu avoir une cote R suffisante pour être admis en physiothérapie ou en pharmacologie. Je me suis alors dit : « *Non, c'est assez pour moi, c'est suffisant. J'aimerais travailler, je vais commencer à chercher dans un programme d'AEC* ». Même si j'ai été accepté en sciences infirmières, j'ai décidé de faire un AEC dans le domaine de gestion de la chaîne d'approvisionnement et logistique. Ce programme ne dure qu'un an et je pourrai ensuite commencer à travailler. Mon choix était basé sur le fait que toutes les entreprises et tous les hôpitaux font de l'approvisionnement et de la logistique. De plus, une discussion que j'ai eue avec un ami qui travaille dans ce domaine depuis vingt ans a consolidé mon impression d'être sur la bonne voie.

Mes espoirs ont commencé à se briser au fur et à mesure que le temps passait sans que mon projet migratoire ne commence à prendre forme. Chaque année qui passait, la frustration m'envahissait davantage et je devenais une personne irritable qui pouvait manquer de patience facilement avec mes enfants et mon épouse. Toutes ces frustrations ne font qu'augmenter l'agressivité, ébranler l'estime de soi et être source de découragement. « *Qu'est-ce que je fais ici? Je dois retourner dans mon pays...* » Ce sont des paroles qui ont pris source dans toutes les frustrations vécues lors de mon parcours professionnel. Ce sont mes enfants et ma famille qui me donnent le courage parce que je me dis : « *Si je retourne au Pérou, quelle qualité de vie je vais donner à mes enfants?* ». Les voir grandir dans une société sécuritaire me donne beaucoup d'espoir. Les écouter parler le français et l'anglais en plus de leur langue maternelle me donne le courage de

continuer. Le cheminement de ma femme me donne aussi du courage pour rester ici. Elle va bientôt terminer sa formation, elle a des très bonnes notes et elle est bien appréciée de ses professeurs. Ceci m'a encouragé à faire mon AEC afin de pouvoir travailler. Ainsi, mon salaire conjugué à celui de ma femme (même s'il ne sera pas aussi important que le sien) pourrait nous assurer une bonne qualité de vie et peut-être avoir un impact positif sur mon estime de soi qui a pris un coup dur pendant tout ce temps difficile que j'ai vécu depuis mon arrivée. Voir que ma famille cheminait m'a permis d'être plus calme, tranquille et je me suis rendu compte que je ne peux pas rester négatif, sinon cela va avoir une mauvaise influence sur moi ainsi que sur la vie familiale.

Mon estime de soi a été beaucoup affectée par les refus des Cégeps, même si leur justification était un manque de places. *Chaque fois que le Cégep me donne la réponse de manque de places, ça me casse l'espoir et, aussi, mon estime de soi baisse.* Au départ, je pensais qu'il y avait un problème au niveau de mon dossier, que je n'avais peut-être pas assez d'expérience. Pourtant, je suis un dentiste qui essaie de suivre des études pour devenir hygiéniste, qui est à la base une profession beaucoup plus facile, aussi bien au niveau des études que du travail. Plus le temps passe, et le temps passe vite, plus j'accumule des refus et plus mon estime de moi baisse, mon découragement augmente et je finis par remettre mes compétences en question. Même au début, quand le service de placement m'a appelé pour m'informer que le travail d'assistant dentaire était plutôt un domaine féminin, je me suis dit que c'est de la discrimination et que peut-être c'est une société pareille à celle du Pérou. Mais avec du recul, j'ai pu modérer ma perception et

penser aux nombreux dentistes étrangers qui suivent la même démarche que moi et que oui, même au Pérou, on ne trouve pas d'hommes dans le poste d'assistant dentaire.

Venant aussi d'une société phallocratique qui pense que c'est au père de travailler et d'être le pourvoyeur de la famille n'était pas aidant. Il m'a été au départ difficile d'accepter ma situation. Avec le soutien de ma femme, je suis parvenu à changer ma mentalité à ce niveau et comme elle le dit : « Tu n'es pas seul, nous sommes deux. Moi je suis la mère, toi le père, et je peux t'aider avec... Je vais finir ma formation. Je vais devenir hygiéniste dentaire et après dans un an, tu vas apporter aussi de l'argent pour pourvoir aux besoins des enfants ». La société aussi m'a aidé à changer ma mentalité, surtout qu'il y a des familles monoparentales où la mère prend tout en charge. Par rapport à mon épouse, j'ai vécu un sentiment d'infériorité parce qu'elle va bientôt être hygiéniste dentaire alors que moi, je vais juste être technicien d'approvisionnement et logistique. Mais après réflexion, je me suis rendu compte que *ce n'est pas une compétition, nous sommes une équipe, une famille*. La question qui me reste à régler est ma perception de mon propre statut professionnel en comparaison avec ceux de mon frère et de mes sœurs. Les trois occupent des bons postes au Pérou et sont bien rémunérés. Je me sens dans un statut moindre, surtout que je suis l'aîné et que j'ai souvent pris soin d'eux en l'absence de mes parents. Ce qui m'aide dans cela, c'est que ma mère est venue nous visiter deux fois à Montréal et elle a bien observé la situation. Elle a démontré beaucoup de compréhension, surtout que la société d'ici est différente de celle du Pérou. Elle m'a dit : « étudies ce que tu veux, fait tout ce que tu peux faire et peut-être... Regarde pas l'université... Étudie

quelques formations plus courtes, mais qui te donnent un bon salaire. Pas un gros salaire, un bon salaire ».

Mon parcours professionnel ici, au Québec, a été source de déception pour moi. Je me suis senti comme limité dans les choses que je pouvais faire alors qu'elles faisaient partie de mon quotidien professionnel dans mon pays. Chaque année qui passe, c'est une année de plus de frustrations. *Et on commence à être plus méchant avec les enfants, avec ma femme, parce qu'il te manque la patience, c'est la frustration qui commence à t'envahir.* Et on devient une personne plus agressive. Un jour, j'ai décidé de ne plus être dans la négativité et je me suis dit : « *Non, réveille-toi! C'est un pays développé, tu peux avoir beaucoup de choix* ». Et me voilà, en train de faire l'AEC en approvisionnement et logistique. Je me sens à l'aise dans ma formation, j'ai commencé à me faire des amis. J'ai l'impression que les années que j'ai faites à l'école polytechnique m'ont donné une bonne base et je me retrouve même à aider mes amis en mathématiques, et ceci me permet de ne plus considérer ces années comme un gaspillage de temps, mais plutôt comme un cheminement qui m'a donné d'autres formes de compétences.

Avec l'assurance que j'ai gagnée avec cette formation et le cheminement positif de ma famille, je me sens moins en colère contre la société et moi-même. Il faut aussi dire que l'entraînement physique que je fais régulièrement (trois fois par semaine) a contribué énormément à diminuer mon stress et à améliorer mon sommeil qui était perturbé par tous les questionnements qui me tiraillaient au sujet de l'avenir. Pour le moment, l'important

pour moi est de pouvoir être sur le marché du travail et d'avoir un métier; le statut professionnel m'importe moins actuellement. L'essentiel est le bien-être que je peux donner à ma famille.

Certes que tout ce parcours a eu une influence sur mon projet migratoire. Des changements se sont opérés et me voilà dans un domaine tout à fait différent de celui que j'ai planifié. Mais j'espère qu'avec ce changement je vais pouvoir réaliser ce projet qui est de pouvoir m'intégrer à la société d'ici. Je souhaite qu'avec un bon travail dans la logistique, je vais avoir un bon salaire et je vais pouvoir soutenir mieux ma famille. Et que par conséquent, mon estime de soi va se rétablir parce que je vais me sentir plus utile à la société, plus productif.

L'analyse transversale des récits

Une analyse transversale sert « à déceler, dégager, expliciter le motif derrière la forme, bref à reconstruire l'évènement, l'expérience, la trajectoire » (Paillé & Mucchielli, 2008, p. 279). Elle permet de mettre en relation l'ensemble des éléments afin d'identifier les ressemblances et les particularités de l'expérience de chaque sujet.

Dans cette partie, seront exposées en un premier temps les raisons qui ont mené aux projets migratoires des participants, en termes d'attentes et d'objectifs personnels, ainsi que les stratégies de préparation qui ont été effectuées. Par la suite, les dévoilements

d'atteintes à l'estime de soi seront mis en lumière. Dans un troisième temps, les obstacles, les mesures prises ainsi que les différents états émotionnels vécus par les participants tout au long du processus de recherche de reconnaissance de leurs compétences professionnelles seront décrits en fonction de deux phénomènes principaux : 1) ceux qui ont induit des atteintes à l'estime de soi et 2) ceux induits par les atteintes à l'estime de soi.

L'expérience d'un projet migratoire

Il convient en premier lieu de rappeler les raisons d'immigration rapportées par les participants : meilleure qualité de vie pour la famille, recherche de sécurité, quête de nouvelles expériences et opportunités et, finalement, regroupement familial. Ces motivations demeurent omniprésentes dans l'expérience vécue en tant qu'immigrants et influencent les choix faits vis-à-vis des étapes préparatoires et des obstacles rencontrés pour accéder à des emplois dans leur domaine professionnel ou dans un domaine qui s'y apparente.

Les récits révèlent que les participants avaient une connaissance des démarches à faire pour pouvoir obtenir un permis de pratique avant d'entamer leur processus d'immigration. La plupart indiquent savoir dès l'amorce de ce processus qu'il leur serait difficile, voire parfois improbable, d'accéder à leur profession au Québec. Par exemple, Loyal mentionne : *Je n'avais pas trop d'illusions par rapport à la possibilité de pratiquer ma profession au Québec*. Elle ajoute :

Même si je savais d'avance que mon insertion professionnelle serait très ardue à Montréal, j'ai décidé de rejoindre mon mari. En réalité, je n'avais pas d'autre choix puisque lui, il était dans l'incapacité de revenir pour le moment au Liban.

Les difficultés rencontrées s'avèrent toutefois plus grandes qu'escomptées et mènent à une réflexion sur les raisons qui peuvent justifier de choisir un tel parcours, outre l'obligation de quitter son pays.

Toute cette expérience m'incite à réfléchir aux raisons qui poussent tous ces professionnels qui quittent leur pays pour venir s'installer au Québec. Personnellement, je n'avais pas vraiment de choix que de venir rejoindre mon mari.

Les propos d'Alexa révèlent qu'elle aussi savait que ce serait un processus ardu :

En prenant la décision de franchir le pas et de venir résider définitivement au Canada, je savais que cela allait être une aventure. Des amis et des connaissances qui vivaient déjà ici m'ont informée que le processus de reconnaissance des diplômes est difficile, même ardu et certains affirment même que le but inatteignable. J'avais droit plus à des récits négatifs de leur part quant à la possibilité d'obtenir une équivalence qu'à des récits positifs. Je n'avais donc pas vraiment d'attentes par rapport à ma profession.

Plus loin, ses propos révèlent que, malgré un faible niveau d'attentes, elle remet en question son choix d'immigrer puisque cela a eu pour conséquence de mettre sa carrière en jeu.

C'est vrai que j'ai pris la décision d'immigrer par souci d'assurer ma sécurité personnelle, mais en analysant le parcours de ma vie, je trouve que j'ai réussi à assurer ma survie en mettant en jeu ma carrière. [...] Bien tu as immigré pourquoi? Tu aurais pu rester. Est-ce que tu as immigré pour faire quelque chose que tu es moins qualifiée pour faire? »

Dans les cas d'Adriana et Juan, immigrer était une *décision de couple*. L'étape prémigratoire a commencé par une session d'information donnée à l'Alliance française, à

Lima. N'ayant jamais été exposés auparavant à la langue française, ils ont entrepris des cours intensifs de français, suivis durant deux ans. Durant ce temps, l'étude de leur dossier s'effectuait et ils se sont renseignés sur la possibilité d'exercer leur profession de dentiste au Québec. Apprenant ainsi *que pratiquer en tant que dentiste n'était pas une possibilité, parce que c'est une longue démarche qui nécessite un retour aux études à l'université et cela coûte cher*, ils ont articulé leur projet migratoire autour de la possibilité de suivre une formation collégiale d'un an menant au métier d'hygiéniste dentaire. Leurs récits relatent les embûches rencontrées sur ce plan. Aujourd'hui, Adriana remet leur choix d'immigrer au Québec en question : *Si je pouvais reculer dans le temps, je n'opterais pas pour ce choix, l'immigration*. Pour sa part, Juan dont *les espoirs ont commencé à se briser au fur et à mesure que le temps passait*, dit avoir décidé de ne plus être dans la négativité. Ce qui lui donne de l'espoir et du courage, dit-il, c'est de voir ses enfants *grandir dans une société sécuritaire*, et de *les écouter parler le français et l'anglais en plus de leur langue maternelle*. Aussi, il conclut l'entretien sur une note positive : *Pour le moment, l'important pour moi est de pouvoir être sur le marché du travail et d'avoir un métier, le statut professionnel m'importe moins actuellement. L'essentiel est le bien-être que je peux donner à ma famille*.

En ce qui a trait au parcours de Sonia, d'origine roumaine, la situation est quelque peu différente. Elle relate avoir vécu et travaillé comme infirmière en Belgique puis en Autriche, avant d'immigrer au Québec. Aussi, même si elle était *au courant que les infirmières venant de l'Europe de l'Est, comme de la Roumanie, ont besoin de faire une*

mise à jour de quelques mois, elle ne pensait pas avoir autant de difficultés à trouver un travail en tant qu'infirmière au Québec.

Au départ, j'ai pensé que le fait d'avoir travaillé dans trois pays en Europe allait être un élément facilitateur, surtout mon expérience en Belgique où j'ai pu pratiquer ma profession en parlant le français, et cela pendant deux ans, sans aucun problème.

Aussi, Sonia dit avoir été *vraiment surprise* de devoir faire face à de nombreux obstacles. Elle reconnaît par ailleurs ne pas avoir ressenti le besoin de poser des questions sur la possibilité de pratiquer sa profession au Québec lors de l'entrevue à l'ambassade, puisqu'elle voulait *tellement fort* que sa demande soit acceptée. Sonia complète néanmoins l'entretien en disant que s'il est vrai qu'elle ne s'attendait pas de vivre *tout cela* quand elle a pris la décision d'immigrer au Québec, elle ne regrette pas ce choix, *parce que je l'ai fait pour ma famille*, dit-elle.

Quant à Nader, originaire de Syrie, il avait également une expérience européenne avant d'immigrer au Québec : ses études supérieures ont été faites en France. Il habitait d'ailleurs en France quand il a fait sa demande d'immigration au gouvernement canadien. Nader explique que durant son entrevue à l'ambassade du Canada, il s'est renseigné sur la possibilité d'enseigner au Québec et qu'on lui a donné toutes les informations nécessaires à ce sujet. Il se sentait confiant d'avoir amorcé un cheminement prometteur : *J'avais de la confiance en moi, qu'avec tous ces diplômes, avec toutes ces expériences, que je pouvais faire quelque chose de mieux au Québec.* Or, une insertion au travail dans son domaine ne s'est pas concrétisée. Nader a alors tenté de travailler, sans succès, comme aide-cuisinier pour subvenir à ses besoins et ceux de sa femme qu'il a parrainée pour venir

au Québec. Aujourd'hui, ayant des projets d'études et la perspective d'un possible déménagement en région, il dit conserver *un certain optimisme* de pouvoir un jour travailler dans son domaine.

Le dévoilement d'atteintes à l'estime de soi

La présente sous-section a comme point de mire les révélations explicites d'atteintes à l'estime de soi. Ce qui peut avoir induit ces atteintes et ce qu'il en a résulté seront exposés plus en détail subséquemment.

Les atteintes à l'estime de soi ne sont pas explicitement nommées dans le récit de Nader. Ce dernier parle plutôt de découragement survenu à différents moments; il dit avoir été affecté par les différents obstacles mais qu'il garde confiance. Pour sa part, Layal s'exprime clairement au sujet de ces atteintes. Elle parle d'une atteinte d'estime de soi liée aussi bien à l'incapacité d'accéder à un permis de pratique en tant que pharmacienne qu'à son emploi actuel (enseignante) qui lui procurent tous deux un sentiment d'échec : *Je manque d'estime pour moi-même en me comparant aux pharmaciens... même à l'école, mon estime de soi est touché*. Son estime est aussi affectée lorsqu'elle voit les activités que des collègues pharmaciens qui résident toujours au Liban exposent sur Facebook et qu'elle ne peut pas se permettre; elle conclut par ces propos : *Tu vois tout ça... et là, ça vraiment là, ça touche ton estime de soi*. Cette réalité la pousse à avoir des questionnements sur elle-même; elle se demande *Qu'est-ce que j'ai fait de moi-même?*

Le fait de ne pas pouvoir pratiquer en tant que médecin et de devoir à la place travailler dans un poste qui ne met pas ses compétences à profit engendre chez Alexa un sentiment de sous-estimation personnelle : *Comme si je vendais mes services à bon marché, comme si je valais beaucoup moins que ce que je vaudrais vraiment*. Alexa affirme qu'être médecin est une partie inhérente d'elle-même et que de ne pas pouvoir pratiquer la médecine l'affecte *profondément*. Cela équivaut, dit-elle, à se *tuer à petit feu*.

Pour sa part, Sonia considère que tout le processus a beaucoup ébranlé son estime de soi et qu'elle s'est sentie sans valeur : *Je ne sens pas que j'ai de la valeur*. Selon elle, ce long processus l'*empêche d'avoir la même énergie, de se sentir à l'aise, de dire que voilà, je vais avoir une valeur ici aussi*.

Quant à Adriana, certains moments de son parcours sont venus secouer son estime de soi, surtout quand elle a été mise au courant de la fermeture du programme d'AEC d'un an en hygiène dentaire, une formation sur laquelle était basée son projet migratoire. Mais Adriana affiche maintenant une attitude plutôt positive, surtout qu'elle est au bout du tunnel et qu'elle termine sa formation d'hygiéniste dentaire dans un Cégep anglophone. Néanmoins, elle révèle qu'il lui était difficile d'entendre des personnes lui dire « Tu n'as pas les compétences pour être dentiste ou hygiéniste ».

Les refus successifs de son dossier par les différents Cégeps a grandement affecté l'estime de soi de Juan qui s'exprime ouvertement à ce sujet : *Chaque fois que le Cégep*

me donne la réponse de manque de places, ça me casse l'espoir et aussi, mon estime de moi baisse. Il s'en dégage aussi le sentiment d'avoir échoué son projet migratoire, ce qui agit aussi sur son estimation personnelle : *Échouer mon projet d'immigration, ça donne... Ça te casse aussi l'estime de soi. C'est ça, c'est vrai.* Ce n'est qu'en s'accrochant à un nouveau projet, celui de compléter des études collégiales en gestion de la chaîne d'approvisionnement et logistique, qu'il reprend confiance en lui, car il croit pouvoir ainsi jouer à nouveau son rôle de pourvoyeur pour la famille, même si son salaire sera moindre que celui de sa femme.

Des phénomènes qui ont induit des atteintes à l'estime de soi

Les récits des participants comprennent plusieurs exemples d'obstacles et de réactions induisant une atteinte à l'estime de soi. Au premier plan, se retrouve la lourdeur des démarches, lesquelles sont parfois accompagnées d'un sentiment d'échec. L'écart entre l'occupation actuelle et la profession de base, auquel s'ajoute chez certains une insatisfaction marquée face à l'emploi déniché, est aussi un élément significatif dans les atteintes à l'estime de soi. Par ailleurs, ces deux réalités sont accompagnées de la crainte de perdre ses acquis professionnels. Les atteintes à l'estime de soi émergent également lorsque les participants se comparent (ou sont comparés) à d'autres. Il est également relevé que la nécessité de travailler pour subvenir à ses besoins affecte les démarches encourues par les participants, en les ralentissant et les éloignant ainsi de la possibilité d'accéder à la pratique de leur profession. Enfin sans vouloir stipuler s'il s'agit d'une cause ou d'un effet de l'impact sur l'estime, il importe de considérer certains sentiments vécus au cours des

démarches effectuées par les participants, notamment le découragement et la déception. Ceux-ci sont présentés dans cette sous-section sur les phénomènes qui induisent des atteintes à l'estime de soi, en tant qu'indicateurs d'une expérience pénible qui affecte la personne.

La lourdeur des démarches. Tel qu'exposé plus haut, les participants étaient pour la plupart informés qu'accéder à leur profession au Québec serait ardu. Cette connaissance ne les a toutefois pas protégés de vivre différentes émotions négatives face aux obstacles encourus, notamment en raison des démarches longues et laborieuses qui ont été relevées par la majorité des participants. Les nombreuses démarches infructueuses, soit pour accéder à sa profession soit pour se développer dans un domaine connexe, sont en fait à l'avant plan de tous les récits. À ce moment-ci, il convient de rappeler seulement quelques aspects de ces démarches et propos émis par les participants.

Ainsi Nader, qui a tenté l'expérience d'aide-cuisinier et qui espère toujours pouvoir enseigner un jour, mentionne que : *Depuis 2011 jusqu'à date... je n'ai pas arrêté d'essayer.* De son côté, Sonia parle de la longueur du processus, de l'impact de l'attente sur son estime de soi. Les obstacles rencontrés lui ont fait sentir qu'elle n'avait pas de valeur en tant qu'infirmière; elle dit *ce n'était pas bon pour moi.* Son estime était d'autant plus affectée à travers ses démarches qu'elle percevait être l'objet d'attitudes blessantes : *J'ai rencontré des personnes qui m'ont fait pleurer, qui m'ont fait sentir comme si j'étais*

un danger pour elles. Elle relève également la difficulté de répondre aux exigences de présentation du dossier :

Malgré que j'aie présenté mon dossier avec tous les documents originaux, ils ont demandé d'autres documents que j'ai eu de la misère à obtenir. [...] Imaginez, ce sont des démarches que j'ai dû faire dans les trois pays où j'ai travaillé. C'était stressant et la situation m'a aussi fait perdre toute l'énergie que j'avais en arrivant au Québec. Le plus dur était que l'information donnée par l'Ordre manquait de clarté.

Pour sa part, Alexa trouve que le processus d'équivalence coûte très cher, aussi bien au niveau financier qu'au niveau du temps. Elle explique en bref ce qu'implique obtenir un permis pour pratiquer la médecine au Québec :

S'engager à faire des examens équivaut à consacrer beaucoup de temps, 4 à 5 mois par examen et il y en a trois à passer. À ne pas négliger que, pendant ce temps, il faut continuer de subvenir à ses besoins. [...] En d'autres termes, ce n'est pas évident de s'engager dans le processus d'équivalence quand on travaille et surtout quand cela fait un certain temps qu'on ne pratique plus. Il faut bien mentionner que le processus de reconnaissance ne se termine pas par la réussite des trois examens dont il est composé.

Quant à Loyal, qui croyait retourner au Liban après quelques années et qui n'aime pas son travail actuel d'enseignante, elle résume son expérience à l'égard du processus vécu en ces termes: *Mon estime de moi n'a pas été épargnée tout au long des démarches que j'ai faites.* Pour sa part, Adriana indique que le processus a pris plus de temps que ce à quoi elle et son mari s'attendaient et que cela leur faisait remettre en question la décision prise d'immigrer au Québec.

L'impact de la longueur du processus est important parce qu'il ne concorde pas avec le plan qu'on a établi par rapport à notre vie professionnelle et notre intégration à Montréal. [...] La réalité est tout à fait différente et notre plan n'a pas tenu la route. Toutes les démarches ont été tellement longues, on a perdu du

temps et de l'argent. Si je pouvais reculer dans le temps, je n'opterais pas pour ce choix, l'immigration.

Enfin, Juan dit avoir dû *faire face à la réalité bien vite*. Rappelons son parcours depuis son arrivée au Québec : il a essuyé plusieurs refus dans le programme en hygiène dentaire; il a travaillé comme préposé à l'emballage; il a suivi des cours de francisation pendant une période de chômage; il a fait deux ans de cours en génie des mines à l'école polytechnique (ayant été refusé en génie biomédical); il a fait une année d'études pour avoir les préalables requis pour être admis dans un programme de physiothérapie ou de pharmacologie, sans obtenir une cote R assez élevée pour ce faire; il poursuit présentement des études collégiales en chaîne d'approvisionnement et logistique. Ce participant parle du temps qui passe très vite sans qu'il puisse concrétiser ses objectifs : *Plus le temps passe, et le temps passe vite, plus j'accumule des refus et plus mon estime de moi baisse, mon découragement augmente et je finis par remettre mes compétences en question.*

L'écart entre l'occupation actuelle et la profession de base. L'impact sur eux de l'incapacité d'avoir au Québec un emploi qui corresponde à leur formation professionnelle a été souligné par la majorité des participants. Les propos d'Alexa, d'Adriana, de Layal, de Nader et de Juan reflètent en effet une atteinte à l'estime de soi en raison d'une occupation qui est en deçà de leurs compétences. Sonia est la seule participante qui ne considère pas que son emploi actuel est de moindre valeur. Pour elle, c'est une question de valeurs liées à son histoire familiale; elle dit être fière d'avoir *la santé et le courage* de faire le travail qu'elle fait à titre d'aide-ménagère.

En contrepartie, Alexa dit se sentir de *moindre valeur* parce que ses vraies capacités ne sont pas prises en considération ni reconnues dans son milieu de travail. Elle dévoile ses pensées à sujet : *Regarde tout ce que tu as étudié, tu ne l'utilises même pas. C'est vraiment des connaissances que tu as acquises, mais qui ne te servent pratiquement à rien.* Les pensées d'Adriana sont du même ordre : *C'était comme si tout le temps et l'argent que mes parents ont dépensé pour moi, pour que je devienne professionnelle [...] n'ont servi à rien.* En outre, le discours de cette dernière reflète une image plus valorisante de la profession de dentiste, comparativement au métier d'hygiéniste dentaire :

Tout le monde me reconnaissait, c'est comme tout le monde te voit différent, par exemple, ils te disent : « Docteur, comment allez-vous? Docteur, vous... Ah, c'est bien. » Tout le monde te reconnaît... Si j'avais le choix d'être dentiste ou hygiéniste, bien sûr que je serais dentiste.

De son côté, Layal dit être souvent en comparaison entre son métier actuel (enseignante) et sa profession de pharmacienne. Quant à Nader, il parle d'un écart majeur entre le travail qu'il fait et sa formation de didacticien. Il qualifie son emploi d'aide cuisinier de sous métier :

Un décalage très, très vaste entre ce que j'ai fait et ce que j'attends, et ce que je suis maintenant... Je ne travaille pas dans mon domaine. [...] Je considère ça vraiment comme un sous métier, ce n'est pas vraiment comme un métier que j'aime.

Nader s'empresse d'expliquer qu'en parlant de *sous métier* il veut simplement refléter que c'est un métier qui ne relève pas de ses compétences.

Quant à Juan, il dit s'être senti comme limité dans les choses qu'il pouvait faire alors qu'elles faisaient partie de son quotidien professionnel dans son pays. Face à la difficulté

de pouvoir trouver un Cégep pour faire quelques cours afin de pouvoir travailler comme hygiéniste dentaire, Juan exprime une certaine colère qui reflète l'écart entre les deux professions : *Pourtant, je suis un dentiste qui essaie de suivre des études pour devenir hygiéniste, qui est à la base une profession beaucoup plus facile, aussi bien au niveau des études que du travail.*

L'insatisfaction vécue dans l'emploi actuel. Ce sous-thème qui ressort clairement dans le récit de deux participants est intimement associé au précédent. En parlant de son travail d'aide-cuisinier comme un sous métier, Nader ajoute : *Ce n'est pas un métier que j'aime. Personnellement, mes intérêts portent davantage sur les choses intellectuelles ou scientifiques et mes compétences ne sont pas dans les métiers manuels.* Layal considère quant à elle qu'elle a échoué dans la pratique de son métier actuel et pense quotidiennement à la possibilité de le quitter : *Je ne peux pas y retourner demain, je dois trouver une autre carrière.*

La peur de perdre ses acquis professionnels. La perte du savoir ou de ses habiletés, ou la peur de les perdre, est une variable commune dans la plupart des récits. Elle ressort surtout comme conséquence à la longueur du processus et à l'absence de la pratique dans sa profession de base. Pour ceux qui gardent espoir de pouvoir pratiquer leur profession un jour, cette peur diminue la confiance qu'ils peuvent avoir dans leurs compétences quant à la réussite des examens prérequis pour l'accès au permis de pratique. Nader en parle en ces termes : *Ça fait à peu près deux à trois ans que j'ai abandonné les études. [...] Cet*

écart fait que je perds beaucoup de savoir et c'est vraiment dommage parce que j'étais rendu loin dans mes études.

De son côté, après 11 ans d'éloignement de sa profession, Layal se trouve face à une situation où elle doit se préparer pour l'examen BEPC pour pouvoir pratiquer en tant que pharmacienne :

Ça fait longtemps, c'est ça le problème. Si par exemple quand je suis arrivée je l'avais fait, j'étais vraiment dans le bain. Mais là, c'est trop loin. J'essaye d'étudier, je trouve comme... c'est trop dur. Comme si j'étudie de nouveau. C'est des choses que j'ai vraiment oubliées.

Face à la difficulté du processus, Layal mentionne qu'elle vit un sentiment d'échec et qu'elle craint la déception et la sous-estimation qui peuvent en découler, si elle devait échouer l'examen.

Si Nader et Layal relatent une expérience où ils pensent avoir oublié beaucoup de leurs connaissances avec le temps, les autres participants vivent davantage la peur de perdre leurs savoirs par manque de pratique. Alexa l'exprime en ces termes :

Tu t'éloignes de plus en plus loin par rapport à la médecine. Si tu ne fais pas l'effort de toujours garder un contact, de toujours démontrer un intérêt, tu t'éloignes. C'est comme, c'était quelque chose que tu faisais de façon journalière, puis si tu ne le fais plus, bien tu ne peux plus le faire... C'est comme une technique aussi, c'est-à-dire si tu ne la mets pas en pratiques, tu vas perdre la technique.... Et si on n'a pas la possibilité de pratiquer, bien le savoir théorique il va partir. Parce que ça va être juste un rébarbatif de paroles.

Les propos de Sonia sont moins expansifs, mais ils soulignent néanmoins cette crainte de perdre non seulement les connaissances mais les habiletés : *Si ça fait longtemps qu'on ne pratique pas, on a beaucoup de chance de perdre l'habitude, la dextérité [...] et par conséquent, avoir moins confiance en soi.* Quant à Adriana, les louanges de ses professeurs au Cégep sont valorisantes, mais elles font émerger la peur d'en arriver à ne plus maîtriser la dextérité requise à sa profession : *J'ai peur, je crains de perdre de la dextérité. Parce que je me sens capable de faire tout ce que je faisais avant, de le faire bien.* Probablement en raison du changement radical dans son orientation professionnelle, Juan n'a pas abordé ce sujet.

La comparaison sociale. Alexa, Layal, Adriana et Juan mentionnent à un moment ou l'autre être atteints dans leur estime de soi lorsqu'ils se comparent à d'autres. C'est ainsi qu'Alexa, qui pratiquait la médecine en Haïti, révèle l'atteinte à son estime en ces termes :

De voir qu'éventuellement tu as la même connaissance qu'une personne, mais malheureusement, à cause d'une certaine structure, tu ne peux pas éventuellement fonctionner comme cette personne... Ça affecte profondément, c'est-à-dire ça affecte la personne, bien ça m'affecte en tant que personne, puis ça m'affecte en tant que professionnelle.

Alexa ajoute qu'il lui arrive de penser qu'elle aurait dû rester en Haïti, comme l'ont fait beaucoup de ses collègues qui s'en sortent malgré l'insécurité vécue et qui profitent d'une belle carrière. Tel que vu plus haut, Layal aussi compare sa situation actuelle, celle d'enseigner les sciences dans une école secondaire, à celle d'une personne qui exerce la profession pour laquelle elle a été formée.

Ainsi en regardant un pharmacien faire son travail et qui a le respect des gens, je sens un grand décalage entre moi enseignante, qui doit faire face tous les jours à l'arrogance des adolescents, et ce pharmacien. [...] Je manque d'estime pour moi-même en me comparant aux pharmaciens.

Par ailleurs, Layal élargit sa comparaison sociale à différentes sphères de la vie.

Quand je trouve, par exemple, mes collègues qui étaient avec moi disons sur Facebook. Surtout que sur Facebook, il n'y a rien qui est caché, c'est comme un monde ouvert. Alors là tu vois... qu'est-ce qu'ils font, où ils sont allés, où ils ont voyagé. Tu vois tout ça, et là, ça vraiment là, ça touche ton estime de soi. [...] À ce moment-là, je ne peux pas m'empêcher de faire une comparaison en me disant « voilà où elle en est rendue dans son parcours et voilà où moi j'en suis ».

Enfin, l'atteinte à son estime de soi est exacerbée par le regard d'autrui, notamment celui de membres de sa famille et que Layal reçoit comme une *pression culpabilisante*, lorsqu'ils lui disent qu'elle ne travaille pas encore en tant que pharmacienne alors que *telle personne a actuellement sa propre pharmacie et gagne très bien sa vie*.

Chez Adriana, la comparaison s'effectue au regard d'autres personnes immigrantes qu'elle côtoie et qui ont réussi à intégrer le marché du travail. Elle avance se sentir *gênée*, craindre que les autres discréditent ses efforts et ceux de son mari (Juan) avec des pensées du type « Ah, ils ne travaillent pas, ils font seulement étudier ». Quant à Juan, il compare son statut professionnel à celui de sa femme ainsi qu'à ceux de sa fratrie. Par rapport à son épouse Adriana, il dit avoir vécu un sentiment d'infériorité en l'expliquant de la sorte : *parce qu'elle va bientôt être hygiéniste dentaire alors que moi, je vais juste être technicien d'approvisionnement et logistique*. Par rapport à son frère et à ses deux sœurs, il dit devoir

régler encore le fait d'avoir un *statut moindre* qu'eux, qui tous trois *occupent des bons postes au Pérou et sont bien rémunérés*.

La nécessité de travailler pour subvenir aux besoins. Ce thème a été retrouvé dans le récit de la plupart des participants. Cette stratégie de survie leur laisse peu de temps pour se consacrer à la poursuite de leurs démarches pour la reconnaissance professionnelle, les éloignant ainsi de leur objectif premier, accéder à la pratique de leur profession de base. C'est ainsi que les exigences financières les amènent à reléguer le processus de reconnaissance au second plan, laissant ainsi un impact sur l'estime de soi. Ainsi, Nader a dû arrêter le processus de reconnaissance le temps de faire une formation afin de pouvoir intégrer le marché du travail et d'être en mesure de parrainer son épouse.

J'ai parlé avec mon agent d'emploi, je lui ai expliqué ma situation dans laquelle je vis, j'ai dit : « je suis dans une impasse, je ne peux pas vraiment enseigner le français, parce que ça demande vraiment... il y a beaucoup de démarches à faire [...] Et là, j'ai ma femme qui est à l'étranger alors il faut que je parraine ma femme pour la faire venir ici ».

Nader a donc accepté de travailler là où il pouvait pour pouvoir subvenir à ses besoins et être un membre actif de la société.

Il faut vraiment chercher un emploi pour vivre, pour payer le loyer, pour payer les alimentations, pour payer les meubles, beaucoup de choses. Il faut vraiment travailler pour avoir l'argent pour vivre. Sinon... Je ne veux pas rester toujours chômeur. Je n'aime pas ça, être chômeur sur l'aide sociale, comme à la marge de la société.

Pour sa part, en raison du regard qu'elle porte sur son expérience d'enseignante, Layal désire arrêter mais les exigences de la vie ne lui permettent pas de faire un tel choix,

même pour pouvoir mieux préparer son examen BEPC : *Je suis obligée d'aller au travail, parce que... un seul salaire n'est pas suffisant pour une famille. Je suis obligée de travailler, je n'ai pas le choix.* Layal se sent coincée dans une carrière qui est source de déception et de sous-estimation personnelle. Malgré l'urgence quotidienne qu'elle ressent à la fin de la journée de changer de profession, elle persévère. *Le lendemain, me voilà à nouveau à l'école parce que le coût de la vie m'oblige à le faire,* explique-t-elle.

Pour Alexa, travailler est synonyme d'autonomie : Il faudrait que je garde une certaine autonomie pour que je puisse travailler, gagner ma vie. C'est-à-dire ne pas quand même dépendre de quelqu'un pour quoi que ce soit. Alexa mentionne que son désir d'autonomie l'a placée face à un dilemme par rapport à son engagement dans le processus de reconnaissance professionnelle. Au-delà de ce désir de protéger son autonomie, Alexa, comme d'autres, relate la nécessité d'assurer sa subsistance.

Quand tu te concentres vraiment pour étudier pendant quatre mois, il faut quand même que tu assures ta survie. Ça demande du temps, puis ça demande quand même que tu puisses survivre pendant tout ce temps-là. Les dépenses, qui est-ce qui s'en occupe?

Ainsi, cette réalité de subvenir aux besoins ne permet pas à Alexa de s'engager entièrement dans les démarches de reconnaissance de ses diplômes. Elle la retient dans un travail qui ne correspond pas à ses compétences. Il en résulte un impact sur son sentiment de valeur, comme il a été mentionné plus haut.

De son côté, Sonia a également parlé de l'importance de travailler pour assurer sa subsistance : *Je suis obligée de travailler... parce qu'il faut gagner de l'argent pour vivre. Je dois donner à boire et à manger à mes enfants.* De même, Juan a dû trouver un emploi pour subvenir aux besoins de sa famille : *Ma femme étant enceinte, je devais travailler pour subvenir à nos besoins et surtout préparer l'arrivée du bébé. J'ai travaillé comme préposé à l'emballage.*

Du découragement. Tous les participants rapportent se sentir découragés lors de leur parcours de reconnaissance. Ainsi, Nader mentionne que son incapacité de changer sa situation le décourage *vraiment*. Il ajoute qu'il a alors envie de tout laisser tomber : *OK, je laisse tomber, c'est vraiment... j'en ai marre. Donc, je laisse tomber, je ne veux pas chercher de travail.* Quant à Layal, le refus récurrent de son dossier ainsi que son contact avec les responsables de l'évaluation des demandes d'admission à l'université étaient source de découragement. « On ne peut rien faire », lui disait-on, ce qu'elle traduisait par « Tu ne peux rien faire ». *J'ai perdu la motivation, ajoute-t-elle. Après la troisième fois que j'ai appliqué, j'ai dit : « Non, non, ça ne va pas marcher ».* Face à la possibilité de soumettre son dossier à l'Université Laval, elle dit n'avoir *même pas essayé*. Et actuellement, elle vit ce sentiment face à toutes les démarches qu'elle entreprend encore, onze ans après avoir immigré au Québec pour pouvoir obtenir son permis de pratique. Son découragement se manifeste par des pleurs :

Me remettre à nouveau à étudier, toute seule sans aucune forme d'accompagnement, est très ardu. J'ai l'impression que j'ai tout oublié et que je suis en train de faire mes études à nouveau. Je me sens tellement découragée que parfois je peux me mettre à pleurer tant que je trouve que la situation est

dure. Je dis comme... « C'est quoi ça? C'est des choses que je ne connais pas... ». Là, je commence à pleurer.

De même, Alexa parle de découragement face à ce long processus de reconnaissance qui dure depuis des années ainsi que face à la grande différence entre les places accordées aux étudiants qui ont fait leurs études au Québec et celles accordées aux médecins étrangers. Elle souligne aussi qu'il faut être vraiment super motivé pour dire « *on continue, on essaye de le faire* ». De son côté, Sonia explique que les démarches auprès de l'OIIIC afin de compléter son dossier étaient non seulement source de découragement mais également source de stress: *C'était une horreur pour moi d'appeler ou de laisser un courriel à l'Ordre, ça me donnait un stress énorme*. Son découragement est lié aussi au discours de son entourage quant à la difficulté des examens à passer.

Pour Adriana, savoir qu'il n'y a plus un programme d'AEC d'un an qui se donne à Montréal pour devenir hygiéniste dentaire l'a beaucoup découragée. *Se demander qu'est-ce qu'on va faire le lendemain, où est-ce qu'on peut trouver une place... Oui, ça décourage beaucoup*, dit-elle. Puis elle ajoute que le découragement est plus important et intense à chaque fois qu'elle revient de vacances passées au Pérou. Même si elle est sur le point de réaliser son projet migratoire, Adriana qualifie néanmoins sa situation actuelle de décourageante, parce qu'elle ne sera plus la professionnelle qu'elle était dans son pays alors que les professeurs au Cégep reconnaissent ses compétences dans ce domaine : « Tu as de la dextérité pour faire les choses avant les autres. On n'a jamais vu un dentiste comme toi ». De telles paroles l'encouragent tout en la découragent, *parce que je sais que*

je ne peux plus le faire, dit-elle, voire qu'elle n'a plus le droit de travailler en tant que dentiste. Enfin, pour Juan, les refus répétitifs de son dossier afin de pouvoir suivre des cours comme hygiéniste dentaire l'ont désespéré. *Ça me casse l'espoir*, dit-il.

De la déception. La déception n'est pas un thème qui revient explicitement dans chaque récit, mais il y a trois participants qui en ont fait mention. Loyal parle de déception quant aux difficultés rencontrées pour pouvoir répondre aux exigences de l'Ordre des pharmaciens du Québec afin d'accéder au permis de pratique : *Après l'échec de ma troisième tentative, j'ai dit : « Non, non, ça ne va pas marcher ». J'étais vraiment déçue.* Elle en parle aussi par rapport à son expérience d'enseignement qui dure depuis plus de six ans.

À chaque soir, je retourne à la maison vraiment déçue. La même phrase tourne dans ma tête : « je ne peux pas y retourner demain, je dois trouver une autre carrière ». [...] Si mon expérience d'enseignement était un succès comme celle que j'ai faite au Liban, je serais moins dans la déception.

Quant à Sonia, c'est la décision de l'Ordre qui a suscité une telle émotion :

Quand j'ai reçu la décision, déjà je tremblais parce que je ne me trouvais pas capable de recommencer, de passer des examens. Oh je me dis à mon âge, je me trouvais vraiment perdue, déçue, ce n'est pas pour moi de recommencer des examens ça fait longtemps que je n'ai pas étudié.

Pour sa part, Juan exprime également la déception de ne pas pouvoir actualiser ses compétences professionnelles : Mon parcours professionnel ici, au Québec, a été source de déception pour moi. Je me suis senti comme limité dans les choses que je pouvais faire alors qu'elles faisaient partie de mon quotidien professionnel dans mon pays.

Des phénomènes induits par les atteintes de l'estime de soi

Les expériences qui viennent d'être décrites et les atteintes à l'estime de soi qui en résultent ont engendré plusieurs réactions, sentiments ou situations préoccupantes chez les différents participants, dont l'envie de retourner à leur pays d'origine, une colère et un sentiment de culpabilité. Certains ajoutent qu'elles génèrent aussi des répercussions sur la dynamique de couple.

L'envie de retourner au pays d'origine. Ce désir a été nommé par la majorité des candidats à l'exception de Sonia qui n'a à aucun moment envisagé le retour dans son pays d'origine, malgré les obstacles rencontrés. En ce qui a trait à Layal, sa situation diffère quelque peu puisque, pour cette dernière, le projet de retourner était présent depuis que le processus migratoire a été mis en place :

Il [son mari] m'a convaincue de l'importance de renoncer à ce projet [acheter une pharmacie au Liban] pour le moment, quitte à le concrétiser quand on sera de retour au Liban dans trois ans, le temps nécessaire pour avoir ma citoyenneté canadienne. Onze ans sont déjà passés et je suis toujours à Montréal, alors que j'ai ma citoyenneté depuis un peu plus de cinq ans.

Si ce retour ne s'est pas réalisé, c'est que la situation au Liban n'a jamais été suffisamment stable pour nous permettre d'envisager un retour, explique-t-elle.

Face à la difficulté d'accéder au permis, Alexa se dit : « Bien, ça serait mieux si tu retournais dans ton pays puis que tu pratiques, parce que tu as étudié pour ça, etc. Au lieu de rester ici, à vivoter ou quoi que ce soit ». Pour sa part, Adriana a exprimé son désir de retourner chez elle tout de suite en arrivant au Québec, à la suite des informations erronées

sur les coûts de l'accouchement qu'elle devrait payer elle-même. Il lui a aussi été très difficile de revenir au Québec après un long séjour dans son pays d'origine. Ses propos en réponse à la suggestion de son mari de lui acheter un billet de retour : « Mais pourquoi, qu'est-ce que je vais faire là-bas [au Québec]? » Face aux frustrations répétitives qui jalonnent le parcours de Juan, ce dernier a également manifesté le désir de retourner à son pays natal : « Qu'est-ce que je fais ici? Je dois retourner dans mon pays ». Il a même choisi à un moment une spécialisation en fonction du marché du travail de son pays d'origine : J'ai choisi génie des mines parce que je peux ainsi retourner dans mon pays travailler et trouver un bon emploi, surtout qu'après trois ans, j'ai commencé à avoir moins d'espoir de rester ici.

De la colère. L'état affectif engendré par les nombreux obstacles a été évoqué en termes de colère ou d'agressivité par deux participants. Ainsi, Alexa éprouve cette émotion en réalisant que sur le plan professionnel, sa valeur est moindre qu'auparavant : *Comme si je valais beaucoup moins que ce que je vaudrais vraiment [...]. Puis, des fois ça génère un petit peu de... on pourrait dire de colère.* Pour sa part, Juan parle de méchanceté, d'agressivité et de colère contre lui-même et la société d'accueil.

Chaque année qui passe, c'est une année de plus de frustrations. Et on commence à être plus méchant avec les enfants, avec ma femme, parce qu'il te manque la patience, c'est la frustration qui commence à t'envahir. Et on devient une personne plus agressive.

Plus loin, il ajoute : *Avec l'assurance que j'ai gagnée avec cette formation [en gestion de la chaîne d'approvisionnement et logistique] et le cheminement positif de ma famille, je me sens moins en colère contre la société et moi-même.*

Un sentiment de culpabilité. C'est un thème qui a été relevé par trois participantes mais dans des contextes différents. Ainsi, Sonia se sent coupable parce qu'elle pense que le stress qu'elle a vécu par rapport à toutes les démarches alors qu'elle était enceinte, a eu un impact sur son enfant :

Je suis sûre que c'est à cause de moi que mon enfant est agité, se fâche facilement. Il est un reflet de moi pendant la période de ma grossesse à cause de toutes les démarches. J'ai envie de reculer en arrière pour changer les choses.

De son côté, Layal se sent coupable parce qu'elle ne s'est pas présentée à son examen du BEPC à son arrivée au Québec : *Je me culpabilise tout simplement de ne pas avoir fait l'examen dès mon arrivée au Québec.* Pour sa part, Alexa sent qu'elle a relégué au second plan sa profession aux dépens de sa survie.

C'est une partie quand même de ta personne que tu sacrifies aux dépens de, de ce que je pourrais dire, aux dépens d'une survie. [...] Des fois quand j'y réfléchis bien, je me dis : « C'est comme si je tuais à petit feu tout ce que j'ai fait pendant les sept ans que j'ai étudié ».

Cette constatation la pousse à remettre en question les raisons de son immigration : « Bien tu as immigré pourquoi? Tu aurais pu rester. Est-ce que tu as immigré pour faire quelque chose que tu es moins qualifiée pour faire? »

Des répercussions sur la relation de couple. Ce thème qui peut prendre plusieurs facettes se retrouve dans les récits des participants en couple. Dans le récit de Layal, une tension peut s'insérer dans une dynamique où elle n'avait pas fait un choix libre d'immigration; elle n'avait d'autre choix que celui de rejoindre son époux. Aussi, Layal

dit culpabiliser parfois son mari par rapport à tous les obstacles qu'elle a rencontrés dans le processus de reconnaissance, d'autant plus que le projet d'immigration était supposé être temporaire. Elle ajoute le culpabiliser aussi par rapport au fait qu'elle doive se préparer pour passer l'examen du BEPC après 11 années d'arrêt de pratique : « *Tu ne m'as pas laissé faire l'examen! J'aurais dû faire ça dès le début* ».

Nader mentionne pour sa part que la situation a un effet sur la dynamique de son couple, sans pour autant créer une tension : *Ma situation professionnelle actuelle influence un peu ma vie familiale. [...] C'est sûr et certain, on est toujours en discussion sur ça... pas jusqu'au point de créer une tension.*

Sonia ne parle pas de tension dans son couple, mais elle appréhende cela si elle se met vraiment aux études et délaisse un peu sa famille.

Quand j'y pense bien, où je pourrais commencer? Le mari, il faut bien le gâter, parce que moi je suis la femme, je dois m'occuper de mon mari, lui parler gentiment, ne pas être stressée avec lui, parce que lui il a aussi des motifs pour s'extérioriser, s'énervé. Alors qu'est-ce qu'on va faire si je suis fâchée ou irritée?

Quant à Adriana et Juan, les obstacles rencontrés pour pouvoir concrétiser leur projet migratoire a eu un impact sur eux. Adriana en parle en ces termes: *Ça affecte un peu mon mari et moi, parce que le fait de ne pas travailler tout le temps, ça, c'est un peu difficile, plus pour mon mari que pour moi je pense. Et ça affecte aussi entre nous....* Pour sa part, tel que rapporté plus haut, Juan juge qu'il *commence à être plus méchant* avec les enfants, avec sa femme. *Parce qu'il te manque la patience*, explique-t-il.

Discussion

Cette dernière partie principale de la thèse procède dans un premier temps à l'interprétation des résultats de l'étude, en confirmant et dégagant des particularités par rapport aux études antérieures. Dans un deuxième temps, sera mis de l'avant ce que l'étude décrite dans la présente thèse apporte de nouveau aux connaissances sur l'estime de soi des immigrants qui font face à une non-reconnaissance de leurs compétences et expériences professionnelles et leur pertinence pour la pratique professionnelle. Quelques avenues pour de futures recherches seront aussi exposées. Enfin, une présentation des forces et des limites de l'étude sera exposée.

Deux objectifs principaux ont guidé la démarche de recherche. D'une part, étudier de façon spécifique et approfondie les atteintes à l'estime de soi qui peuvent survenir du fait que le diplôme obtenu à l'étranger et l'expérience professionnelle d'une personne immigrante ne sont pas reconnus d'emblée par les ordres professionnels donnant accès à une profession réglementée. D'autre part, elle visait à évaluer les répercussions que peuvent avoir ces atteintes à l'estime de soi sur un projet migratoire. De ces deux visées découlaient cinq objectifs opérationnels qui, vu leur rôle instrumental à l'atteinte des visées principales, ne seront pas repris systématiquement dans la discussion qui suit. Celle-ci est plutôt structurée en fonction des principaux aspects de l'expérience des participants qui ont été mis en évidence à travers l'analyse transversale exposée plus haut. Ces aspects sont traités dans la présente section selon les quatre axes suivants : 1) le projet

migratoire ; 2) l'établissement et le difficile processus d'intégration; 3) des répercussions sur le plan personnel; 4) des stratégies d'adaptation et de protection identitaire.

Le projet migratoire

Fronteau (2000) explique que le processus migratoire ne peut être considéré sans l'existence d'un projet migratoire qui est réfléchi et construit. Aussi, hormis Loyal qui dit ne pas avoir eu d'autre choix que celui de venir rejoindre son mari déjà installé au Québec, les participants ont délibérément choisi d'immigrer au Québec, en quête d'une vie meilleure. Ainsi, avant d'émigrer, ils se sont renseignés sur les démarches à faire pour accéder à la pratique de leur profession. Comme l'expliquent Duclos (2009) et Arcand, et al. (2009), les relations du futur migrant avec différentes sources d'information (proches, professionnels, instances formelles représentant le futur pays d'immigration) jouent un rôle déterminant dans le processus migratoire, notamment en ce qui a trait à la décision de partir. À ce chapitre, les informations reçues par des participants à notre étude, tantôt dans une ambassade canadienne, tantôt à l'Alliance française, ne semblent pas avoir dressé un portrait fidèle de la réalité. Plus particulièrement, comme les compétences professionnelles d'une personne demandant d'immigrer au Canada sont fortement prises en compte dans l'étude de son dossier, les attentes prémigratoires des participants se sont bâties en croyant, tout comme des participants maghrébins de l'étude de Arcand et al., qu'ils avaient « tous les atouts pour être sélectionnés et pour s'intégrer adéquatement au marché du travail » (p. 383). Ainsi, de façon générale, les participants à la présente étude semblent correspondre à cette catégorie d'immigrants qui ne vivent pas de craintes

majeures face au nouvel environnement convoité en raison de leurs qualifications professionnelles (Abou, cité dans Legault et Fronteau, 2008). Cela était indéniablement le cas pour Nader et Sonia, qui étaient convaincus qu'avec leurs diplômes et expériences professionnelles antérieures dans des pays européens francophones, ils réussiraient sans trop de difficultés à exercer leur profession au Québec. Les parcours décrits par les participants convergent donc avec ce que Duclos (2009) rapporte dans une étude sur la construction du sens et de l'expérience de la détresse chez des immigrants indiens de Montréal. Il observe chez ces derniers une forme de dissociation entre un « idéal migratoire » et la réalité, c'est-à-dire une divergence entre les attentes prémigratoires et la réalité à laquelle les immigrants peuvent être confrontés.

En ce qui a trait à Alexa, qui possédait déjà un statut de résidente permanente et dont des amis et connaissances avaient dressé un portrait négatif quant à la possibilité d'obtenir une équivalence, elle savait qu'exercer la médecine au Québec serait un objectif très difficile à atteindre. Face à la réalité, elle questionne pourtant son choix d'avoir mis sa carrière en jeu au profit de sa sécurité physique. Cela suggère que pour cette femme, le deuil de sa profession ne pouvait pas faire partie de son idéal migratoire.

L'établissement et le difficile processus d'intégration

D'après Legault et Fronteau (2008) l'établissement caractérise « l'arrivée psychologique » inhérente à l'adaptation au nouvel environnement qu'est le pays hôte. Durant cette phase, l'individu peut en venir à réévaluer les motifs de son émigration et ses

attentes en tant qu'immigrant, en raison de la réalité qu'il doit affronter. Cette réalité suscite une expérience émotionnelle qui inclut bien souvent de la frustration (Cohen-Emerique, 1980). Quant à l'intégration, Legault et Fronteau ainsi qu'Abou (2006) expliquent qu'il s'agit d'un processus multidimensionnel au cours duquel l'immigrant doit s'adapter aux différentes dimensions de la vie, dont l'insertion socioéconomique. Au regard de ce processus, les participants relatent de longues et difficiles démarches liées à leur quête professionnelle, l'écart entre l'occupation dénichée en vue de subvenir à leurs besoins et leur profession de base, puis l'effet de la comparaison sociale sur leur estime de soi.

La lourdeur des démarches

Lors des démarches faites pour accéder à la pratique de leur profession ou pour entreprendre des études dans un domaine connexe, les participants ont sans contredit rencontré différents obstacles qui ont eu un impact sur leur estime de soi. Ainsi, la longueur et la difficulté des démarches encourus est un thème récurrent chez une majorité des participants. Pour ne pas revenir sur les nombreux propos des participants à ce sujet, il convient de ne rappeler en exemple que ceux d'Alexa, qui rapporte que « le processus d'équivalence coûte très cher aussi bien au niveau financier qu'au niveau du temps ». Ces propos concordent avec ceux des participants de l'étude phénoménologique menée par Sinacore et al. (2009) auprès de 31 immigrants juifs qui trouvent que les démarches d'équivalence de leurs diplômes est un processus cher et long.

L'analyse antérieure des phénomènes qui ont induit des atteintes à l'estime de soi a fait ressortir que la lourdeur des démarches et les échecs successifs qui les accompagnent minent l'énergie et la confiance en soi. Cela est d'autant plus palpable quand la personne sent être l'objet d'attitudes blessantes, comme ce fut le cas pour Sonia qui dit avoir rencontré au cours de ses démarches des personnes « qui m'ont fait sentir comme si j'étais un danger pour elles ». Lamia et Esparbès-Pistre (2004) soulignent d'ailleurs qu'un regard désapprobateur ou de rejet accentue le sentiment de vulnérabilité. Comme l'explique Mucchielli (2003), l'individu cherche à se faire valoir auprès des personnes qui sont importantes pour lui et le sentiment de valeur ou d'estime de soi découle en bonne partie du regard de l'autre. Qui plus est, d'après cet auteur, la valeur qui en découle est à la base du sentiment d'être. Or, les personnes qui traitent les demandes des immigrants cherchant à être reconnus sur le plan professionnel et qui représentent les membres de la société d'accueil sont certainement des personnes importantes pour eux et leur regard compte.

La nécessité de travailler pour subvenir aux besoins

Comme le soutient Alexa, « pendant ce temps, il faut continuer de subvenir à ses besoins ». L'insertion socioéconomique dépend en effet de la capacité des personnes immigrantes de trouver un travail. Aussi, Aycan et Berry (1996) affirment que la longueur du processus retarde l'accès au marché de travail et grève les économies déjà limitées de la famille. Dans les cas des participants à la présente étude, s'ils ont inséré le marché du travail en dépit de la non-reconnaissance de leurs compétences, c'est par nécessité et la plupart tentent toujours de mener à terme d'autres stratégies d'insertion socioéconomique,

que ce soit dans la poursuite d'une reconnaissance de leur acquis professionnels ou d'un projet d'études. Cette réalité est bien présente chez les immigrants qui peinent à obtenir le droit de pratique d'un ordre professionnel. Dans une entrevue menée par Andréanne Boisjoli¹ en 2016 auprès de Marie-Jeanne Blain², cette dernière explique comment la nécessité de trouver un emploi afin de répondre à leurs obligations financières les entrave notablement dans leur parcours « et peut même à terme les exclure du processus de reconnaissance professionnelle » (p. 3).

L'écart entre l'occupation trouvée et la profession de base

L'identité professionnelle est considérée comme l'une des composantes centrales du sentiment d'identité sociale et de l'identité au regard de l'autre (Welnowski-Michelet, 2008). Albert et al. (2003) en parlent même en termes de « vecteur d'identité ». Ainsi, d'après Welnowski-Michelet, l'acquisition d'un nouveau statut professionnel peut être vécue comme une régression difficile à accepter, surtout si le choix a été fait en raison d'une incapacité de surmonter les obstacles, jumelée au besoin de répondre aux exigences de la vie quotidienne. La non-reconnaissance professionnelle correspond alors pour l'immigrant au « renoncement à une image de soi professionnelle idéalisée » (Welnowski-Michelet, p. 108), à une perte d'identité qui génère un travail de deuil. Ce travail n'est pas

¹Andréanne Boisjoli collabore avec l'équipe de recherche METISS (Migration et Ethnicité dans les Interventions en Santé et en Services sociaux). Cette équipe travaille en partenariat avec le CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal et l'Université du Québec à Montréal et livre 7 à 10 fois par année la publication *Entre-vues*, qui porte sur des questions liées à la pluriethnicité.

²Anthropologue et auteure citée préalablement dans Blain et al. (2104), Marie-Jeanne Blain a analysé dans le cadre de sa thèse doctorale les récits de vie professionnelle de 31 médecins arrivés au Québec dans les années 2000.

facile, comme l'exprime Alexa : « Être médecin est une partie inhérente de moi-même. En faire le deuil n'est donc pas un processus évident ». D'ailleurs, les médecins rencontrés par Blain (citée dans Boisjoli, 2016) exprimaient qu'on avait raison de leur dire que le parcours serait difficile, mais qu'il ne fallait pas leur dire de faire le deuil de leur pratique médicale.

Alexa n'est pas seule à vivre difficilement le renoncement à son image de soi professionnelle. Dans notre étude, tous les participants relèvent une différence significative entre leur profession de base et l'emploi ou le projet d'études qu'ils ont déniché au Québec dans le but d'intégrer le marché du travail et de subvenir à leurs besoins. Cet écart entre leur occupation actuelle (ou d'autres essayées antérieurement) et leur profession de base a une influence sur la perception qu'ils ont de leur statut actuel et elle est à la base de beaucoup de frustrations et d'émotions négatives. L'étude d'Aycan et Berry (1996) démontre que les immigrants qui ont connu des pertes considérables au niveau de leur statut sont ceux qui sont les moins satisfaits de leur vie au Canada et que la durée du chômage aussi bien que le statut d'emploi actuel ont un impact sur leur adaptation et bien-être psychologique. D'ailleurs, Béji et Pellerin (2010) avancent que la déqualification est un facteur de vulnérabilité chez des immigrants sur le marché du travail. Pour leur part, Lamia et Esparbès-Pistre (2004) considèrent que lorsqu'il y a « discordance entre les réalisations et les aspirations et valeurs personnelles d'un individu, le sujet peut se juger inférieur en faisant une auto-dévalorisation, quel que soit le niveau des résultats qu'il a pu obtenir » (p. 90).

L'insatisfaction dans l'emploi actuel

L'insatisfaction dans l'emploi actuel qu'expriment certains participants a aussi un impact sur leur estime de soi. Par exemple, Layal parle d'une atteinte à son estime de soi en tant qu'enseignante et d'une envie constante de quitter l'enseignement au secondaire. De même Alexa trouve qu'elle vend ses services à bon marché et qu'elle utilise une partie minime de ses connaissances, ce qui engendre chez elle, outre la colère, une sous-estimation personnelle. Adriana parle davantage d'un sentiment de découragement face à son incapacité d'utiliser dorénavant ses compétences de dentiste qui sont reconnues par ses professeurs au Cégep. Ces résultats sont confirmés par l'étude de Bernstein (2000) qui démontre l'existence d'une forte corrélation entre la satisfaction au travail et l'estime de soi professionnelle. Aussi, Aycan et Berry (1996) avancent que le travail sert à donner un but à la vie, à spécifier le statut et l'identité et à créer des relations sociales.

L'effet de la comparaison sociale sur l'estime de soi

La comparaison sociale est un mécanisme psychologique auquel nul n'échappe. Il consiste, entre autres, en une « auto-évaluation explicite faite en fonction du regard que porte un individu sur un autre » [traduction libre] (Taylor & Lobel, 1989, p. 569). Dans notre étude, quatre participants témoignent ouvertement de l'effet de la comparaison sociale sur leur estime de soi : Alexa, Layal, Adriana et Juan. Il s'agit dans ces cas d'une comparaison que Friedmann (2011) qualifie de *latérale* (plutôt qu'ascendante ou descendante) puisque les participants comparent leur situation à celle de personnes identiques (même profession de base) ou proches d'eux (autres immigrants; fratrie).

D'après cette auteure, les épreuves de la vie peuvent fragiliser l'individu, mettre en danger son estime soi; dans de pareils cas, la comparaison latérale n'est pas sage, dit-elle. Cela décrit bien les expériences des quatre participants susnommés : les obstacles récurrents à la pratique de leur profession ou d'un métier dans un domaine connexe sont des épreuves qui les fragilisent, les résultats indiquent que leur estime de soi en souffre et les comparaisons à des collègues ou à des personnes proches d'eux ne font qu'exacerber les atteintes à leur sentiment de valeur.

Des répercussions sur le plan personnel

Un des objectifs spécifiques de l'étude présentée dans cette thèse était de décrire l'impact que peut avoir le fait de ne pas obtenir le droit de pratique sur la manière dont les participants se perçoivent sur le plan personnel. Bien que l'objet de l'étude soit centré sur l'identité professionnelle, les propos des participants mis en relation avec les écrits sur l'estime de soi révèlent que les effets de la non-reconnaissance des acquis (formation et expériences) affectent les immigrants de façon globale et leur font vivre des sentiments négatifs.

La différence de statut discutée plus haut, les différentes difficultés rencontrées afin d'accéder au permis de pratique et la comparaison sociale ont indéniablement eu un impact sur la perception de soi chez certains participants. Par exemple, Layal se demande ce qu'elle a fait d'elle-même et elle n'ose même pas dire à ses élèves qu'elle est pharmacienne à la base; Alexa pense à se fondre dans la masse, « personne n'a besoin de

savoir que je suis médecin », dit-elle; Juan, qui n'a pas pu réaliser son projet de devenir hygiéniste dentaire, vit un sentiment d'infériorité par rapport à sa fratrie. Ces indices d'une estime de soi affaiblie ne sont pas surprenants puisque, comme le montre l'étude de Bernstein (2000), il existe une forte corrélation entre l'estime de soi professionnelle et l'estime de soi globale. Pour leur part, Sinacore et al. (2009) avancent que la perte de l'identité professionnelle engendre un manque de confiance et un sentiment général d'inadéquation.

Bien que la présente thèse ne se penche pas comme telle sur les valeurs, une mise en relation de l'expérience des participants avec les écrits de Schwartz (2006) sur les valeurs universelles s'avère être à propos. Au terme de nombreuses recherches dans divers pays sur les valeurs chez les individus, Schwartz soulève l'importance de l'approbation sociale en nommant la réussite comme une des dix valeurs universelles de base. Il la définit comme suit : « c'est le succès personnel obtenu grâce à la manifestation de compétences socialement reconnues. [...] C'est le fait d'être performant au regard des normes culturelles dominantes » (p. 933). Il ajoute que la valeur de réussite met l'accent sur « la démonstration d'une compétence effective lors d'une interaction concrète » (p. 933). En complément, Mucchielli (2003) explique que l'identité prend sa force dans le système de valeurs qui oriente les buts existentiels de l'individu et que ce dernier acquiert un sentiment de bien-être par sa capacité d'accomplir ses motivations et de mettre en œuvre le système de valeurs qui oriente sa vie. L'individu qui essuie des échecs récurrents dans ses tentatives de démonstration de ses compétences risque donc d'être atteint non

seulement dans son estime de soi spécifique lié au travail, mais dans l'entièreté de son être.

En outre, toujours en référence au modèle de Mucchielli (2003), il semble plausible d'avancer qu'outre le sentiment de valeur ou d'estime de soi, les sentiments de cohérence et de continuité temporelle des participants ont été ébranlés. En effet, les participants ont été exposés à maintes reprises à des expériences et informations en contradiction avec la perception qu'ils avaient d'eux-mêmes ; leur structure cognitive peut s'en trouver chamboulée, affectant par le fait même la cohérence de l'être. Mucchielli explique aussi que les changements qui surviennent dans la vie de l'individu ne constituent pas une menace, tant qu'ils sont perçus par lui comme une continuité. Il semble plutôt que les participants à notre étude aient expérimenté une rupture dans le continuum de leur vie, provoquant ainsi une crise identitaire. De leur côté, tant Rodriguez-Tomé (cité dans Lamia & Esparbès-Pistre, 2004) que Duclos (2009) avancent que le regard de désapprobation et la rupture entre les attentes et la réalité en ce qui concerne l'intégration au marché du travail sont à la base d'une souffrance ou détresse psychologique.

Enfin, il convient de rappeler ici que certains participants ont évoqué des effets de la non-reconnaissance professionnelle sur leur couple, car cela illustre comment celle-ci peut avoir des répercussions sur le plan personnel. D'ailleurs, dans une entrevue menée en 2016

par Andréanne Boisjoli avec Michèle Vatz-Laaroussi¹, il est avancé que la déqualification professionnelle est un élément qui fragilise et épuise le couple, pouvant même les conduire à la rupture, ce qui ne semble toutefois pas être le cas chez les participants à notre étude.

Des réactions émotionnelles

Parmi les répercussions identifiées de la non-reconnaissance professionnelle sur le plan personnel, on retrouve l'émergence de certaines émotions et des sentiments qui perdurent. Tel que décrit dans l'analyse transversale, les sentiments de découragement, de déception et de culpabilité sont ressentis par les participants. Cet aspect émotionnel de l'expérience des participants n'est pas bénin car, comme l'explique Gross (2015, p. 20), « les émotions façonnent puissamment notre façon d'interagir avec l'environnement matériel et social qui nous entoure » [traduction libre].

Le découragement

Tel que mentionné lors de l'analyse transversale des données, le découragement est présent dans les récits de tous les participants et il semble jouer un rôle moteur dans la génération d'un sentiment de sous-estimation personnelle et avoir un impact sur leur projet migratoire. Par exemple, Nader dit être vraiment découragé, en avoir marre et avoir parfois envie de tout laisser tomber. Il y a aussi Layal dont le découragement se manifeste par des pleurs et qui choisit de ne pas essayer d'appliquer à l'Université Laval, convaincue que

¹Professeure à l'Université de Sherbrooke, Michèle Vatz-Laaroussi a de nombreuses publications à son actif sur l'immigration et l'intervention interculturelle, notamment en ce qui a trait aux familles immigrantes.

cela ne servira à rien. De son côté, Adriana exprime avoir été découragée face aux lendemains incertains et au fait qu'elle ne pourra plus utiliser ses compétences professionnelles de dentiste. D'une façon ou d'une autre, chaque participant a parlé du sentiment de découragement.

Plusieurs auteurs évoquent ce sentiment vécu par les personnes immigrantes et son impact sur leur parcours migratoire. Dans un article paru en mars 2017 dans le quotidien d'information *Le Devoir*, Porter rapporte que 1 300 immigrants se désistent à pratiquer leur profession, découragés par les exigences de reconnaissance de leur diplôme. De son côté, Blain (2006) parle du découragement face au cumul de démarches inappropriées et conduisant à l'échec qui peut bloquer la recherche d'emploi. Elle et ses co-auteurs évoquent aussi « le fort corporatisme » (Blain et al. 2014, p. 144) qui est source de découragement, empêchant plusieurs immigrants d'amorcer des démarches de reconnaissance professionnelle, et cela, malgré leur sentiment de « vocation professionnelle ». Selon Hachimi Alaoui (2001) ainsi que Chicha et Charest (2008), la complexité des démarches afin de pouvoir accéder à une reconnaissance professionnelle entraîne un découragement chez certains immigrants professionnels qui vont renoncer dès le départ. Lee et Westwood (1996) mentionnent que la disqualification vécue par l'immigrant entraîne un découragement surtout quand ce dernier tient à maintenir son identité professionnelle.

La déception

À l'instar des résultats de l'étude de Sinacore et al. (2009), la moitié des participants disent explicitement que la déception accompagnait leurs frustrations, notamment face à certaines instances de la société d'accueil. C'est ainsi que Layal dit avoir été « vraiment déçue » après l'échec de sa troisième tentative auprès de l'université. En outre, elle s'est sentie traitée comme un dossier sans aucune prise en considération; elle s'exprime en ces termes à ce sujet : « L'attitude de la personne était blessante, surtout qu'elle ne prend pas en considération que la personne en face est une pharmacienne qui vit une grande déception ». Juan dit aussi être « vraiment déçu » de ne pas pouvoir faire ce qu'il faisait au Pérou, alors que Sonia exprime une déception face à la décision de l'OIIQ. Ces résultats concordent avec ceux d'une enquête menée en Ontario par Türegün (2013) qui révèlent aussi que les immigrants qui n'arrivent pas à pratiquer leur profession d'origine expriment de la déception. Pour sa part, Hachimi Alaoui (2001) avance que l'accumulation des déceptions dans le parcours de reconnaissance des personnes immigrantes a un impact sur la confiance de l'immigrant dans ses propres habiletés, jusqu'à induire une dynamique d'échec. Cette dynamique habite possiblement Layal et Sonia qui disent « Non, non, ça ne va pas marcher » ou « Je ne me trouvais pas capable de recommencer, de passer des examens ».

La colère

Alexa et Juan expriment de la colère face à toute la complexité des démarches à faire et la dévalorisation personnelle qui s'ensuit. Juan parle même d'une colère qui a des

répercussions sur sa famille : « on commence à être plus méchant avec les enfants, avec ma femme, [...] on devient une personne plus agressive ». Cependant, il dit se sentir maintenant « moins en colère », non seulement envers lui-même, mais envers la société. Or, Türegün (2013) mentionne au terme de son étude que certains immigrants expriment de la colère vis-à-vis du système d'immigration canadien. De son côté, Rojas-Viger (2006) avance dans un article basé sur les données de deux recherches sur l'insertion professionnelle des femmes latino-américaines, que la grande désillusion concernant la reconnaissance de leurs diplômes et expertises génère chez ces immigrantes colère et révolte.

Le sentiment de culpabilité

La culpabilité, accompagnée d'un sentiment de regret, est relevée dans l'étude de Hachimi Alaoui (2001), qui parle d'une remise en question ainsi que d'un sentiment de peine perdue chez les immigrants, en raison de leur « carrière brisée ». Pour sa part, Türegün (2013) rapporte que parmi les termes utilisés pour exprimer leurs ressentis par les participants qui n'ont pas pu accéder à la pratique de leur profession, la culpabilité et le regret font partie du tableau. Dans notre étude, la culpabilité se retrouve dans le discours de trois participantes : Sonia se sent coupable parce qu'elle pense que son stress a eu un impact sur son enfant qu'elle trouve agité et anxieux; Layal se sent coupable (et culpabilise son conjoint, dit-elle) parce qu'elle ne s'est pas présentée à l'examen du BEPC à son arrivée, choix qu'elle regrette; pour sa part Alexa se sent coupable d'avoir relégué au second plan sa carrière et elle remet en question les raisons de son immigration.

Des stratégies d'adaptation

Duclos (2009) indique que la différence entre l'expérience d'une réalité plus difficile que l'image qu'ils s'en créaient provoque chez les personnes immigrantes « une perte du sens du projet migratoire, celui-ci ne trouvant plus de justification » (p. 84). Pour sa part, Pellerin (2013) explique que les multiples stratégies d'intégration mises en mouvement par les immigrants et les incessantes barrières qui jalonnent leur parcours, entraînent chez ces derniers une analyse de la situation, une modification de comportements, une réévaluation de leurs attentes ou simplement un regard changé sur leur projet d'immigration.

L'envie de retourner au pays d'origine

L'envie de retourner au pays d'origine est exprimée par la majorité des participants face à la difficulté d'accéder à la pratique. Être pharmacienne constituait un rêve d'enfance pour Layal qui savait d'avance qu'il lui serait très difficile de pratiquer au Québec. Elle s'attendait par contre à ce que son séjour au Canada soit de courte durée. Alexa exprime qu'être médecin constitue « une partie inhérente d'elle-même » et elle a envisagé le retour malgré le fait que sa décision d'immigrer était davantage une question de survie. De son côté, Adriana a séjourné dans son pays d'origine suite à la naissance de son enfant et elle a pu y pratiquer la dentisterie en cabinet privé. Ensuite, elle a trouvé cela très difficile de revenir à Montréal où elle devait faire face à la difficulté de s'intégrer professionnellement. Face aux refus répétitifs par les différents Cégeps auxquels il a postulé pour faire la formation d'hygiéniste dentaire, Juan a remis en question sa présence

au Québec, « Qu'est-ce que je fais ici? Je dois retourner dans mon pays... », dit-il. Pour sa part, Nader n'a pas exprimé le désir de retourner dans son pays d'origine ou en France. Par contre, il caresse toujours l'espoir de terminer un jour sa thèse et il envisage déménager à Gatineau, où il existe une forte demande dans le domaine de l'enseignement et où il semblerait que le permis n'est pas une exigence pour enseigner dans les écoles privées.

Désirer retourner au pays d'origine indique l'impact qu'a la non-reconnaissance de l'identité professionnelle sur le projet migratoire, traduisant ainsi un sentiment d'échec de ce projet initial. Abou (2006) explique que lorsqu'une remise en question de l'identité est activée dans le processus migratoire, l'immigrant en vient à envisager le retour au pays d'origine afin d'essayer de retrouver un calme identitaire. Dans cette situation, le sujet opte pour une stratégie identitaire de cohérence simple (Camilleri, cité dans Lafortune & Kanouté, 2007), il se positionne pour sa culture d'origine afin de retrouver une « auto-perception positive » (Lafortune & Kanouté, p. 41). Aussi, Blain et al. (2014) mentionnent dans leur étude menée auprès des médecins, que l'option de retourner vers le pays d'origine est souvent évoquée par les participants quand le processus ne semble pas aboutir. Ces auteurs évoquent même le sentiment de double échec lorsque la personne sent être coincée entre la société d'accueil où elle n'arrive pas à pratiquer sa profession et l'incapacité de retourner dans son pays d'origine, de recommencer à zéro et d'admettre sa défaite. Cette option est d'autant plus envisagée quand « l'identité vocationnelle est forte » (Blain et al., p.149). Comme l'expliquent Béji et Pellerin (2010), le sentiment d'échec que

peut entraîner l'incapacité d'accéder au permis de pratique de sa profession risque d'avoir des répercussions majeures si l'exercice de sa profession revêt une grande importance dans le projet migratoire du sujet.

Une réorientation de carrière

Abou (2006) explique que les données objectives se mêlent aux motivations subjectives et que les pensées de l'immigrant, aux prises avec les métamorphoses identitaires que lui impose son processus d'intégration, oscillent sans cesse « entre le retour au passé et la visée du futur » (p. 80). Ainsi, si des participants à notre étude expriment le désir de retourner vers le passé, ils demeurent néanmoins au Canada, considérant entre autres pouvoir y offrir de meilleures opportunités à leurs enfants que dans leur pays d'origine, ou pouvoir y assurer leur sécurité financière ou physique. Comme ce fut le cas pour la moitié de l'échantillon des médecins de l'étude de Blain et al. (2014), la confrontation aux exigences de l'obtention du permis de pratique a entraîné chez la majorité des participants à la présente étude une réorientation de carrière. En outre, celle-ci semble être accompagnée d'une restructuration des schèmes cognitifs qui, si l'on revient au modèle multidimensionnel de l'estime de soi globale de Mucchielli (2003), favoriserait un retour à la « cohérence de l'être ». Cette réorientation peut être considérée comme une stratégie identitaire de cohérence complexe (Camilleri, cité dans Lafortune & Kanouté, 2007) dans une tentative de concilier les cultures d'origine et d'accueil afin de protéger l'identité menacée.

Layal, Adriana et Juan s'orientent vers de nouveaux horizons professionnels. Leur attitude face à ce changement varie d'une personne à l'autre. Chez Juan, un positivisme notable est observé. Pourtant, il change complètement de domaine, allant de sa profession de dentiste à l'espoir de pouvoir travailler comme hygiéniste dentaire, puis en fin de compte à l'option d'une carrière en gestion de la chaîne d'approvisionnement et logistique dans les hôpitaux. Il exprime que l'important pour lui maintenant est d'avoir un métier et de pouvoir être sur le marché du travail. « Le statut professionnel m'importe moins actuellement. L'essentiel est le bien-être que je peux donner à ma famille », explique-t-il, ajoutant que voir sa famille cheminer lui a permis d'être plus calme. Il semble d'ailleurs qu'outre le soutien de sa femme face à ce choix, sa mère ait influencé ses pensées. Il rapporte ainsi ses propos. « Étudie ce que tu veux, fait tout ce que tu peux faire. [...] Étudie quelques formations plus courtes, mais qui te donnent un bon salaire. Pas un gros salaire, un bon salaire ». Juan témoigne ainsi de stratégies de protection identitaire évoquées par Blain et al. (2014) et qui sont mises en mouvement par une réorientation professionnelle, « telles que la relativisation, la valorisation du nouveau poste comme professionnel ou l'accent porté sur la valeur du travail » (p. 150). Bien que Sonia soit maintenant inscrite dans un programme de formation en vue d'intégrer l'OIIQ, ses propos illustrent bien la présence de stratégies de protection identitaire face à son emploi en entretien ménager, notamment en accordant de la valeur à l'action même de travailler et à son rôle de mère :

Travailler comme aide-ménagère ne me fait pas sentir comme une personne de moindre valeur. Je suis une personne qui vient de la campagne et j'ai travaillé dur depuis mon enfance. En plus des études, j'ai dû aider à la ferme et à faire le ménage, je me réveillais à 4 heures le matin pour terminer mes devoirs. Par contre, je suis fière de moi parce que j'ai la santé et le courage

de le faire pour sauvegarder ma famille et pour être une bonne maman pour mes enfants.

Dans le cas d'Adriana, le deuil de sa profession de dentiste demeure difficile (elle vit difficilement le fait de ne plus pouvoir exercer ses capacités qui lui sont reflétés par ses professeurs au Cégep; elle pense aux opportunités qu'elle pourrait avoir au Pérou) mais elle semble relativiser sa situation en pensant au bien de ses enfants. Son processus de réflexion semble correspondre à ce que Giust-Desprairies (1996, p. 3) explique en ces termes :

Non seulement le sujet est appelé à faire un inventaire de ses capacités, de ses atouts, mais il est amené à se situer dans son itinéraire de vie, à formuler le sens qu'il prend ou qu'il lui donne et à s'assigner des objectifs ou à repenser ses objectifs et se résigner à des abandons.

Ce processus identitaire décrit par Giust-Desprairies correspond en tous points à l'expérience relatée par Layal qui, pour le moment, laisse derrière sa profession de pharmacienne:

Résignée, j'ai décidé de retourner aux études en vue d'obtenir un autre diplôme. Après réflexion, j'ai opté pour un diplôme en enseignement. Mon expérience d'enseignement au Liban que j'ai bien appréciée, la possibilité de faire ces études en ligne et d'obtenir une maîtrise en enseignement ainsi que mon désir d'enseigner des matières qui sont proches de ma formation de base m'ont poussée à prendre ce virage dans ma vie professionnelle.

Pour terminer, il convient de rappeler que l'absence de stratégies de protection, peut « entraîner un deuil professionnel particulièrement difficile à vivre », tel qu'avancé par Blain et al. (2014, p. 150). Sans pouvoir affirmer que tel est le cas chez Alexa qui n'affiche pas de stratégies de protection, elle semble effectivement trouver particulièrement difficile

de ne plus être médecin. On ne peut toutefois pas parler véritablement de « deuil », puisqu'elle espère encore réussir les examens lui permettant d'accéder au permis de pratique du Collège des médecins.

Les retombées estimées

Bien qu'elle soit exploratoire, la recherche décrite dans la présente thèse apporte une contribution au développement des connaissances sur l'estime de soi des immigrants qui font face à une non-reconnaissance de leurs compétences et expériences professionnelles. Par conséquent, il est estimé qu'il s'en dégagera des applications pratiques pour les psychologues et autres intervenants qui travaillent auprès d'une clientèle immigrante engagée dans un processus de reconnaissance professionnelle.

Les retombées sur le plan des connaissances

Tout d'abord, donner la parole aux participants pour se prononcer sur leur expérience de non-reconnaissance professionnelle dans toute sa richesse, démarche en soi thérapeutique, enrichit les études existantes sur le sujet. En effet, cette démarche met en évidence la singularité de chaque expérience dans un parcours long et parsemé d'obstacles, et cela malgré une réalité commune qui est celle de la non-reconnaissance professionnelle. En deuxième lieu, les récits phénoménologiques ont permis d'accéder au vécu subjectif des participants, rendant plus tangibles et vrais aussi bien les obstacles que les émotions en lien avec les démarches de la reconnaissance professionnelle. Les récits ont permis aussi de montrer les efforts investis par les participants pour poursuivre les

tentatives d'accéder à la pratique de leur profession ou pour essayer de donner une nouvelle orientation à leur projet migratoire. Au-delà de cela et de façon particulière, ces récits mettent en lumière les atteintes à l'estime de soi et la dynamique identitaire qui en résulte, ainsi que leurs répercussions sur le projet migratoire. Aucune étude, à notre connaissance, n'a examiné de façon spécifique les effets potentiels sur l'estime de soi des difficultés au regard de la reconnaissance professionnelle des immigrants ayant une profession réglementée. Finalement, le discours des participants révèle l'importance du regard de l'autre, notamment quand cet autre est une personne qui traite les demandes sur lesquelles repose l'avenir professionnel de l'immigrant. Certains participants (Loyal et Sonia) expriment avoir vécu ce regard comme étant malveillant et manquant d'empathie.

Les retombées pratiques

La présente thèse peut apporter une contribution au domaine de l'accompagnement et de l'intervention. Sur le plan de l'orientation professionnelle, les conseillers doivent plutôt cibler une insertion professionnelle qu'une insertion économique. Cette dernière vise généralement selon Chicha et Charest (2008) une intégration en emploi rapide et une formation professionnelle de courte durée. Il est conseillé d'accompagner plutôt le sujet dans une démarche où il demeure l'acteur principal, afin de l'aider à s'orienter vers une carrière qui respecte son cheminement professionnel antérieur et qui, par conséquent, préserve non seulement son estime mais aussi son sentiment de cohérence et de continuité temporelle.

Il s'avérerait opportun que les personnes qui traitent les demandes des immigrants destinées à répondre aux exigences d'un ordre professionnel soient sensibilisées à la complexité des parcours des immigrants. Il serait utile qu'elles comprennent, entre autres, les enjeux liés à la reconnaissance professionnelle et leur impact sur l'estime de soi. Une compréhension et une approche empathique dans le contact avec ces personnes en quête d'une reconnaissance professionnelle pourrait faire une différence quant à la lourdeur de leur trajectoire et leur sentiment de valeur. Bref, chaque citoyen qui, de par sa fonction établit une relation de service avec des individus en détresse ou qui sont aux prises avec de multiples obstacles, mérite d'avoir l'opportunité de développer une attitude bienveillante à leur égard.

Et finalement, sur le plan clinique, les professionnels qui interviennent auprès de la clientèle immigrante ne doivent pas sous-estimer l'impact de tous les obstacles rencontrés dans les démarches de reconnaissance professionnelle, tant sur le plan du fonctionnement psychologique de l'individu que sur le plan de la dynamique du couple ou de la famille. Ainsi, face à une détresse psychologique vécue par le sujet lui-même ou exprimée par la famille, il est nécessaire d'investiguer le parcours professionnel de l'individu et d'évaluer les atteintes à l'estime de soi. Cela contribuerait certes à l'alliance thérapeutique et au développement des compétences interculturelles de l'intervenant (Burgoyne, 2014) qui tente d'aider l'immigrant blessé dans son identité professionnelle à faire le cheminement nécessaire pour reconquérir son estime de soi.

Des orientations que pourraient prendre des recherches futures

De futures recherches pourraient cibler une plus grande diversité quant au type de diplôme et à l'origine du pays où le diplôme a été obtenu. Un échantillon plus grand que celui de la présente étude permettrait de dégager davantage de similitudes et de divergences entre, par exemple, le parcours des immigrants détenant des diplômes d'un pays anglophone ou francophone et ceux détenant des diplômes d'autres pays. Aussi, en incluant dans l'échantillon des immigrants ayant pu accéder au permis de pratique convoité, cela permettrait de documenter si les répercussions sur l'estime de soi de ce groupe diffèrent de celles d'un groupe comparable à l'échantillon de la présente étude. Un échantillon plus large que ce dernier permettrait aussi une meilleure validation des résultats.

Les résultats de la présente étude offrent des bases pour l'élaboration d'un devis de recherche quantitative ou l'utilisation de méthodes mixtes. Par exemple, les phénomènes décrits ici au regard de l'estime de soi des immigrants qui se butent aux obstacles d'une reconnaissance professionnelle peuvent se traduire en variables indépendantes et servir à développer un instrument de mesure. Puis, à l'instar de Bernstein (2000), une échelle permettant de mesurer l'estime de soi globale ou l'estime de soi professionnelle pourrait être utilisée, ouvrant la porte à un devis corrélationnel ou à des inférences statistiques. Dans un devis déployant des méthodes mixtes, l'utilisation de telles échelles permettrait la triangulation des données et contribuerait à une compréhension plus étayée de l'impact de la non-reconnaissance professionnelle et de ses aléas sur l'estime de soi.

Les forces et les limites de l'étude

L'étude relatée dans la présente thèse permet d'élucider l'expérience subjective de personnes qui immigreront au Québec et espèrent vivement pouvoir y exercer leur profession. Néanmoins, le potentiel de transférabilité des résultats doit être considéré à la lumière des forces et limites du devis de recherche déployé.

Les forces

Dans la présente étude, plusieurs forces se dégagent. L'utilisation de la méthode phénoménologique pour recueillir et analyser les données en fait partie. Même si le parcours de personnes immigrantes qui peinent à être reconnues sur le plan professionnel est un phénomène qui a souvent été le sujet d'études, cette méthode permet de l'explorer en étant très proche du vécu affectif des participants au sein d'un parcours parsemé de plusieurs obstacles. Ainsi, le choix de l'entrevue individuelle semi-structurée comme mode de cueillette de données est à considérer aussi comme une force. Ce mode permet en effet d'avoir accès à l'expérience subjective et singulière du participant comme elle permet d'explorer les différentes facettes de leur expérience de non-reconnaissance professionnelle en profondeur. Ensuite, reconstruire leur expérience sous forme de récits de vie permet de donner accès à leur propre perception de leur réalité. Cette méthode, qui laisse place aussi à la subjectivité du chercheur, a également permis de mettre en lumière les expériences jugées significatives au regard de l'objet spécifique d'étude, l'estime de soi.

En ce qui a trait à l'échantillon, le fait que les participants représentent différentes professions réglementées met en lumière la réalité du vécu de ces immigrants professionnels sans attribuer l'origine des différentes barrières rencontrées à une profession en particulier. L'analyse transversale des récits a bien démontré les similarités des expériences vécues par les participants, indépendamment de leur formation de base.

Les limites

En ce qui a trait aux limites méthodologiques, les premières concernent l'échantillon. La majorité des participants recrutés sont originaires de lieux qui, selon Houle et Yssaad (2010), ont un faible taux d'obtention de la reconnaissance de leurs diplômes et compétences. La probabilité qu'ils rencontrent plus d'obstacles dans leurs démarches visant à faire reconnaître leur parcours antérieur que les immigrants provenant de pays anglophones ou de la France risque donc d'être élevée. De plus, l'échantillon de la présente étude ne comprend aucun participant ayant réussi à accéder à la pratique de sa profession d'origine au Québec. Par conséquent, les données ne reflètent peut-être pas l'expérience de ces professionnels qui ont connu aussi des barrières mais qui ont fini par avoir leur permis de pratique. Enfin, l'échantillon comprend majoritairement des participants qui résident à Montréal. Les résultats de la recherche, bien qu'ils puissent apporter des éclaircissements quant aux atteintes à l'estime de soi à la suite de la non-reconnaissance professionnelle, ne sont pas d'emblée transposables à des immigrants s'étant installés ailleurs au Québec.

Quant à la collecte et à l'analyse des données, le manque d'expérience de la chercheuse dans le déploiement de la méthode phénoménologique doit être considéré. En effet, cette méthode repose entièrement sur les capacités de la chercheuse à prendre une posture de phénoménologue qui doit saisir et traduire la profondeur de l'expérience complexe des participants. Or, une certaine difficulté a été rencontrée sur ce plan, notamment lors de l'entrevue avec Nader, la chercheuse peinant à accéder de façon approfondie à l'expérience de ce participant, malgré qu'elle ait reformulé ses questions à plusieurs reprises. En outre, l'enregistrement lors de l'entrevue a peut-être eu un impact sur la transmission complète du vécu affectif lié à l'expérience, et cela, malgré le consentement de tous les participants. Par exemple, une certaine inhibition a été observée chez Nader, qui était beaucoup plus communicatif avant de commencer l'enregistrement ainsi qu'une fois l'enregistrement terminé, qu'au cours de la période enregistrée de l'entrevue.

En ce qui a trait à la validité des données rapportées, bien que la directrice de thèse ait révisé l'analyse transversale à partir des récits faits par la chercheuse principale, aucune vérification des résultats et de l'analyse n'a été faite en écoutant directement des enregistrements ou des extraits de ceux-ci. Enfin, une validation des récits auprès de chaque participant ainsi qu'une présentation des résultats aux participants auraient permis de s'assurer de leur adhésion aux conclusions générales et de renforcer ainsi la validité des données.

Conclusion

L'objectif de la présente recherche visait l'étude spécifique et approfondie des atteintes à l'estime de soi en raison de la non-reconnaissance de l'identité professionnelle des immigrants ayant une profession réglementée et leurs répercussions sur le projet migratoire. Pour y arriver, il a été important de tenir compte du parcours de chacun des participants, mettant ainsi en lumière leurs attentes par rapport à la société d'accueil, leurs démarches en vue d'une reconnaissance professionnelle ainsi que leurs situations actuelles sur le marché du travail ou à titre d'étudiant. Une entrevue semi-structurée a été menée auprès des six participants afin de pouvoir saisir cette expérience dans son essence, et ce, dans le cadre d'une étude qualitative de type phénoménologique. Malgré certaines limites à la transférabilité des résultats émanant de cette recherche, les objectifs visés ont été atteints, tant les objectifs généraux qui viennent d'être rappelés que les objectifs spécifiques qui ont guidé la collecte des données.

Les motifs à l'origine du choix d'émigrer et le projet migratoire qui s'ensuit est unique à chacun. En ce qui a trait au parcours de reconnaissance professionnelle, les participants révèlent une expérience à la fois unique et semblable à celle de leurs pairs. Les similarités rendent compte de l'impact de ce parcours parsemé d'obstacles sur l'estime de soi. Les obstacles font émerger une désillusion liée à la discordance entre les attentes prémigratoires et la réalité, et cela, même si la majorité des participants de cette étude

était au courant qu'il faut répondre à des exigences pour pouvoir pratiquer. Cependant, ils n'avaient pas imaginé que le parcours serait aussi laborieux.

Les obstacles rencontrés par les différents participants concernent principalement la longueur et la complexité des démarches liées à leur quête professionnelle puis l'écart entre l'occupation actuelle et leur profession de base. S'ajoute à cela le fait que, face à la longueur et le coût des démarches, les participants ont tous dû chercher un emploi pour subvenir à leurs besoins et ceux de leur famille. Les résultats révèlent aussi comment la comparaison sociale fragilise l'estime de soi.

Les récits des participants reflètent l'impact de la non-reconnaissance des acquis aussi bien sur l'estime de soi professionnelle que globale, surtout que l'identité professionnelle constitue un aspect important de l'identité sociale auquel le sujet se réfère pour se définir. L'emploi a « une portée à la fois symbolique et matérielle très importante », stipule Duclos (2009, p. 86). Ainsi, certains participants expriment clairement un sentiment d'infériorité causé par les difficultés rencontrées lors de leur parcours. Ils tendent alors à cacher leur profession, par crainte de jugement, surtout qu'ils qualifient leur occupation actuelle comme étant de moindre importance que leur profession de base.

Les participants ont fait référence dans leur discours à une multitude d'émotions qui a eu des répercussions sur leur estime de soi mais aussi sur leur manière d'interagir avec

leur environnement. Ils mentionnent le découragement et la déception qui affectent leur estime de soi, ainsi que la colère et le sentiment de culpabilité qui résultent des frustrations et atteintes à leur estime. Il s'agit d'émotions assez intenses qui ont été rapportées dans des écrits antérieurs (Duclos, 2009; Hachimi Alaoui, 2001; Porter, 2001). Il s'avère que de telles émotions peuvent être responsables du renoncement au projet migratoire. Les participants ont effectivement souvent été tentés d'abandonner leur projet face à la complexité des démarches, et surtout en raison du découragement qu'elles peuvent induire. Par contre, une réorientation de carrière a été envisagée par la majorité des participants pour pouvoir s'intégrer économiquement dans le pays d'accueil; seule Alexa tente toujours de réussir les examens requis par le Collège des médecins. Une seule participante, Sonia, a pu s'engager dans une formation pour répondre aux exigences de son ordre professionnelle pour accéder au permis de pratique. Un autre participant, Nader, envisage la possibilité de réaliser son projet migratoire en allant dans une région où il semble y avoir moins d'exigences par rapport à l'exercice de sa profession.

Certes l'étude rapportée dans la présente thèse n'est pas innovatrice par rapport au sujet de l'immigration et de l'impact de la non-reconnaissance professionnelle, mais l'examen phénoménologique de l'expérience personnelle de six immigrants au regard de leur estime de soi est une nouvelle contribution aux connaissances sur ce sujet. Par conséquent, il est espéré qu'il en résultera des ajustements dans l'accompagnement d'une personne immigrante dans son intégration professionnelle, en prenant en considération que la profession est une partie intégrante de son identité. Il importe en effet que les

professionnels qui interviennent auprès d'une clientèle immigrante en recherche de reconnaissance professionnelle comprennent que l'individu est non seulement bousculé dans ses valeurs, ses façons de faire et son image de soi mais que son parcours de reconnaissance risque d'être particulièrement incisif au regard de l'estime de soi. Il est d'ailleurs souhaitable que cette compréhension s'étende à tous les acteurs de la société qui transigent avec cette clientèle, notamment ceux qui gèrent les exigences de reconnaissance professionnelle.

Le besoin de mieux comprendre la réalité des personnes immigrantes à la quête d'un permis de pratique réglementé ne tarit pas. Des devis de recherche qui viseraient un échantillon comprenant une plus grande étendue quant à l'origine du diplôme et incluant aussi des immigrants ayant réussi à accéder au permis pourraient permettre une étude plus exhaustive sur les atteintes de l'estime de soi en lien avec le parcours de reconnaissance professionnelle. Des devis de recherche quantitatifs ou de méthodes mixtes constitueraient également une avenue intéressante pour mieux circonscrire les répercussions de la non-reconnaissance professionnelle sur l'estime de soi et le projet migratoire.

Références

- Abou, S. (2006). L'intégration des populations immigrées. *Revue européenne des sciences sociales, Tome XLIV, N° 135*, 79-91.
- Albert, E., Bournois, F., Duval-Hamel, J., Rojot, J., Roussillon, S., Sainsaulieu, R., (2003). *Pourquoi j'irais travailler*. Paris, France: Eyrolles.
- Arcand, S., Lenoir-Achdjian, A., & Helly, D. (2009). Insertion professionnelle d'immigrants récents et réseaux sociaux: le cas de Maghrébins à Montréal et Sherbrooke. *Canadian Journal of Sociology*, 34, 373-402.
- Aycan, Z., & Berry, J. (1996). Impact of employment-related experiences on immigrants' psychological well-being and adaptation to Canada. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 28, 240-251.
- Béji, K., & Pellerin, A. (2010). Intégration socioprofessionnelle des immigrants récents au Québec : le rôle de l'information et des réseaux sociaux. *Relations industrielles*, 65, 562-283.
- Bernstein, J. (2000). The professional self-evaluation of immigrant physicians from the former Soviet Union in Israel. *Journal of Immigrant Health*, 2, 183-190.
- Berry, J. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5-68.
- Berry, J. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29, 697-712.
- Blain, M.-J. (2006). *Trajectoires socioprofessionnelles et processus identitaires en contexte de migration : de la Colombie au Québec*. Mémoire de maîtrise, Université de Montréal. Repéré à <https://www.researchgate.net/publication/34415458>
- Blain, M.-J., Fortin, S., & Alvarez, F. (2014). Être médecin et immigrant au Québec : une identité professionnelle malmenée. *Revue européenne des migrations internationales*, 30(3-4), 139-162.

- Boisjoli, A. (janvier 2016). Des médecins au chômage : parcours difficiles de diplômés à l'étranger (entrevue avec M.-J. Blain). *Entre-vues* (publication du groupe de recherche METISS), 7(1).
- Boisjoli, A. (avril 2016). Quand ça casse... Séparations de couples immigrants (entrevue avec M. Vatz-Laaroussi). *Entre-vues* (publication du groupe de recherche METISS), 7(4).
- Burgoyne, V. (2014). *L'alliance thérapeutique en psychothérapie interculturelle, telle que relatée par des psychologues québécois*. Thèse de doctorat inédite, Université de Sherbrooke, QC.
- Boyer, F. (2005). Le projet migratoire des migrants touaregs de la zone de Bankilaré : la pauvreté désavouée. *Stichproben. Wiener Zeitschrift für kritische Afrikastudien*, (8)5, 47-67.
- Cardu, H. (2008). Construction identitaire professionnelle et interaction en contexte de transition culturelle : l'étude d'un cas. *Connexions*, 1, 171-180.
- Carmel, S. (1997). The professional self-esteem of physicians scale, structure, properties, and the relationship to work outcomes and life satisfaction. *Psychological Reports*, 80, 591-602.
- Chamoux, P. (Automne 2002/Hiver 2003). La reconnaissance des acquis et des compétences des personnes immigrantes. *Vivre ensemble*, 2, 24-27.
- Chicha, M.-T. (septembre 2009). *Le mirage de l'égalité : les immigrés hautement qualifiés à Montréal*. Rapport de recherche présenté à la Fondation canadienne des relations raciales.
- Chicha, M.-T., & Charest, É. (mars 2008). *L'intégration des immigrés sur le marché du travail à Montréal*. Montréal, QC : Institut de recherche en politiques publiques, Choix IRPP.
- Cohen-Émerique, M. (1980). Éléments de base pour une formation à l'approche des migrants et plus généralement à l'approche interculturelle. *Annales de Vaucresson*, N° 17, 117-139.
- Cyrulnik, B. (2007). Conclusions et perspectives. Dans J. Aïn (Dir.), *Résilience* (pp. 305-322). Toulouse, France: ERES « Hors collection ».
- Daguerre, V. (2010). *L'immigration - Problématiques et défis*. Paris, France: Cygne.

- Dubar, C. (2010). *La Socialisation*. Paris, France: Armand Colin.
- Duclos, Z. (2009). L'envers de l'imaginé : la détresse dans le corps social chez les immigrants indiens de Montréal. *Altérités*, 6(1), 77-94.
- Esterberg, K. G. (2002). *Qualitative methods in social research*. Boston, MA: McGraw Hill.
- Friedmann, L. (mars 2011). Se comparer aux autres. *Sciences humaines*, n° 224, consulté le 16 octobre 2017 de https://www.scienceshumaines.com/se-comparer-aux-autres_fr_26770.html.
- Fronteau, J. (2000). Le processus migratoire : la traversée du miroir. Dans G. Legault (Dir.), *L'intervention interculturelle* (pp. 1-40). Boucherville, QC: Gaëtan Morin éditeur.
- Giust-Desprairies, F. (1996). L'identité comme processus, entre liaison et déliaison, Formation et dynamiques identitaires, *Education permanente*, N° 128, 63-70.
- Gross, J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26, 1-26.
- Guindon, M. H. (2002). Toward accountability in the use of the self-esteem construct. *Journal of Counseling & Development*, 80, 204-214.
- Hachimi Alaoui, M. (2001). « Exilés » ou « immigrés »? Regards croisés sur les Algériens en France et au Québec. *Confluences Méditerranée (Maghrébins de France)*, 4(39), 107-117.
- Houle, R., & Yssaad, L. (2010). Reconnaissance des diplômes et de l'expérience de travail acquis à l'étranger des nouveaux immigrants. *Perspective, Statistique Canada*, N° 75-001-X, 19-36 au catalogue.
- Lafortune, G., & Kanouté, F. (2007). Vécu identitaire d'élèves de 1^{ère} et de 2^{ème} génération d'origine haïtienne. *Revue de l'Université de Moncton*, 38(2), 33-71.
- Lamia, A., & Esparbès-Pistre, S. (2004). Estime de soi et vulnérabilité. Dans P. Tap & M. de L. Vasconcelos (Dirs), *Précarité et vulnérabilité psychologique* (pp. 89-104). Toulouse, France: ERES « Hors collection ».
- Lee, G., & Westwood, M. (1996). Cross-cultural adjustment issues faced by immigrant professionals. *Journal of Employment Counseling*, 33, 29-42.

- Legault, G., & Fronteau, J. (2008). Les mécanismes d'inclusion des immigrants et des réfugiés. Dans G. Legault & L. Rachédi (Dir.), *L'intervention interculturelle* (2^e éd., pp. 44-66). Boucherville, QC: Gaëtan Morin éditeur.
- Le Petit Robert*. (2012). Paris, France : Le Robert.
- Ma Mung, E. (2009). Le point de vue de l'autonomie dans l'étude des migrations internationales : « penser de l'intérieur » les phénomènes de mobilité. Dans F. Dureau & M.-A. Hily (Dir.), *Les mondes de la mobilité, exploration d'un paradigme* (pp. 25-38). Rennes, France: Presses universitaires de Rennes.
- Marsh, H. W. (1990). Influences of internal and external frames of reference on the formation of math and English self-concepts. *Journal of Educational Psychology*, 82, 107-116.
- Meyor, C. (2007). Le sens et la valeur de l'approche phénoménologique. *Actes du colloque Approches qualitatives et recherche interculturelle : bien comprendre pour mieux intervenir. Recherches qualitatives - Hors Série*, 4, 103-118.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2003). *Analyse des données qualitatives* (2^e éd.) (Traduction française par M. Hlady Rispal). Bruxelles, Belgique: De Boeck Université.
- Mucchielli, A. (2003). *L'identité*. Paris, France: Presses Universitaires de France.
- Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 7, 177-182.
- Odden, G. (2010). Parcours et projets des migrants subsahariens en Espagne. *Hommes & migrations*, 1286-1287, 98-107.
- Paillé, P., & Mucchielli, A. (2008). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales* (2^e éd.). Paris, France: Armand Colin.
- Pellerin, A. (2013). *L'information dans le parcours des immigrants qualifiés récents au Québec : des attentes à la réalité*. Mémoire de maîtrise, Université Laval. Repéré à <https://scholar.google.fr/>
- Porter, I. (16 mars 2017). Le Québec se prive des compétences de ses immigrants. *Le Devoir*.
- Rachédi, L. (2008). Le phénomène migratoire : politiques et diversité. Dans G. Legault & L. Rachédi (Dir.), *L'intervention interculturelle* (2^e éd., pp. 9-43). Boucherville, Qc: Gaëtan Morin éditeur.

- Rosenberg, M., Schoenbach, C., Schooler, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 60, 141-156.
- Rojas-Viger, C. (2006). Femmes professionnelles latino-américaines à Montréal : conditions d'insertion dans le milieu universitaire et au marché du travail. *Les Cahiers du Gres*, 6(1), 25-43.
- Shwartz, S. (2006). Les valeurs de base de la personne : théorie, mesures et applications. *Revue française de sociologie*, 47, 929-968.
- Sinacore, A., Mikhail, A.-M., Kassan, A., & Lerner, A. (2009). Cultural transitioning of Jewish immigrants: Education, employment and integration. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 9, 157-176.
- Somerville, K., & Walsworth, S. (2010). Admission and employment criteria discrepancies: Experiences of skilled immigrants in Toronto. *Journal of International Migration and Integration*, 11, 341-352.
- Taylor, S., & Lobel, M. (1989). Social comparison activity under threat: Downward evaluation and upward contacts. *Psychological Review*, 96, 569-575.
- Türegün, A. (2013). Rebuilding professional lives: Immigrant professionals working in the Ontario settlement service sector. *Journal of International Migration and Integration*, 14, 597-614.
- Vallières, E. F., & Vallerand, R. J. (1990). Traduction et validation canadienne-française de l'échelle de l'estime de soi de Rosenberg. *International Journal of Psychology*, 25, 305-316.
- Welnowski-Michelet, P. (2008). *L'identité à l'épreuve de l'exclusion socioprofessionnelle*. Paris, France: L'Harmattan
- Zietsma, D. (février 2010). *Immigrants exerçant des professions réglementées : l'emploi et le revenu en perspective*. Statistique Canada: Perspective, N° 75-001-XIF au catalogue.

Appendice A

Lettre de collaboration du Carrefour Jeunesse Emploi



Montréal, le 7 novembre 2013

Madame Tania Gholam

Objet : Collaboration à votre projet de
thèse

Madame,

Nous vous écrivons cette lettre dans le but de vous confirmer notre collaboration au recrutement des participants à votre projet de thèse « *les atteintes à l'estime de soi liées à la non-reconnaissance professionnelle chez les immigrants ayant une profession réglementée et ses répercussions sur le projet migratoire* ».

Notre collaboration au recrutement des participants à votre projet de thèse se fera de deux façons. En premier lieu, nous pourrions afficher une annonce que vous aurez rédigée sur le babillard du CJE afin que la clientèle puisse en prendre connaissance et la diffuser à notre réseau. Également, vous pourrez présenter les grandes lignes de votre projet de thèse à notre équipe de conseillers et ceux-ci pourront approcher les clients correspondant à vos critères.

Nous espérons que notre collaboration vous aidera dans la réalisation de votre projet de thèse.

LUC Churak
Directeur
général

Appendice B

Formulaire de consentement libre et éclairé

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT

Vous êtes invité(e) à participer à un projet de recherche. Le présent document vous renseigne sur les modalités de ce projet de recherche. S'il y a des mots ou des paragraphes que vous ne comprenez pas, n'hésitez pas à poser des questions. Pour participer à ce projet de recherche, vous devrez signer le consentement à la fin de ce document et nous vous en remettrons une copie signée et datée.

Titre du projet

Les atteintes à l'estime de soi liées à la non-reconnaissance de l'identité professionnelle des immigrants ayant une profession réglementée et ses répercussions sur le projet migratoire

Personnes responsables du projet

Ce projet est réalisé dans le cadre d'un doctorat professionnel en psychologie (D.Ps.). Les personnes responsables de ce projet sont :

- Tania Gholam, candidate au doctorat en psychologie.
- Nicole Chiasson, Université de Sherbrooke, directrice de thèse.

Objectifs du projet

Ce projet vise à étudier les atteintes à l'estime de soi liée à la non-reconnaissance de l'identité professionnelle des immigrants ayant une profession réglementée et ses répercussions potentielles sur le projet migratoire. Ceci en s'attardant sur les objectifs suivants : 1- identifier les raisons ayant mené au projet migratoire ;2- décrire les démarches faites pour accéder à sa profession au Québec; 3- décrire l'impact de la non-reconnaissance de l'identité professionnelle sur la manière dont un immigrant peut se percevoir, tant sur le plan personnel que professionnel; 4-identifier l'impact potentiel de la non-reconnaissance de l'identité professionnelle sur le projet migratoire.

Initiales du participant : _____

Nature de la participation

Votre participation sera requise pour une entrevue d'environ 60 à 90 minutes et une possibilité d'une deuxième s'il y a besoin d'approfondir certains éléments. Cette entrevue aura lieu dans un local à l'Université de Sherbrooke, Campus de Longueuil, ou ailleurs selon votre convenance, en fonction de vos disponibilités, ou même dans le bureau de la chercheuse au CLSC de Villeray. Vous aurez à répondre à des questions sur les atteintes à l'estime de soi liée à la non-reconnaissance de votre identité professionnelle. Cette entrevue sera enregistrée audio.

Avantages pouvant découler de la participation

Votre participation à ce projet de recherche vous apportera l'avantage de partager votre expérience de non-reconnaissance professionnelle, et les atteintes à l'estime de soi qui peuvent en découler. Elle apportera aussi l'occasion de prendre un certain recul par rapport à votre vécu personnel et de mieux évaluer le cheminement effectué jusqu'à date. À cela s'ajoute le fait qu'elle pourrait contribuer à l'avancement des connaissances entourant ce phénomène.

Inconvénients et risques pouvant découler de la participation

Votre participation à la recherche ne devrait pas comporter d'inconvénients significatifs, si ce n'est le fait de donner de votre temps. Vous pourrez demander de prendre une pause ou de poursuivre l'entrevue à un autre moment qui vous conviendra.

Il se pourrait, lors de l'entrevue, que le fait de parler de votre expérience vous amène à vivre une situation difficile. Dans ce cas, vous pouvez avoir l'appui de votre conseiller d'emploi en cas de besoin, si vous êtes orientés par le CJE. Nous pourrions aussi vous fournir les coordonnées de l'accueil psychosocial du CLSC de Villeray que vous pouvez consulter en cas de besoin.

Droit de retrait sans préjudice de la participation

Il est entendu que votre participation à ce projet de recherche est tout à fait volontaire et que vous restez libre, à tout moment, de mettre fin à votre participation sans avoir à motiver votre décision ni à subir de préjudice de quelque nature que ce soit.

Advenant que vous vous retiriez de l'étude, demandez-vous que les documents audio ou écrits vous concernant soient détruits?

Oui ☐ Non ☐

Il vous sera toujours possible de revenir sur votre décision. Le cas échéant, la chercheuse vous demandera explicitement si vous désirez la modifier.

Initiales du participant : _____

Compensations financières

Si vous acceptez de participer, nous vous rembourserons tous vos frais de déplacement jusqu'à un maximum de 20 \$, et ceci, sur présentation des billets en cas de transport en commun, ou le kilométrage effectué afin de se rendre à destination.

Confidentialité, partage, surveillance et publications

Durant votre participation à ce projet de recherche, la chercheuse responsable recueillera et consignera dans un dossier de recherche les renseignements vous concernant. Seuls les renseignements nécessaires à la bonne conduite du projet de recherche seront recueillis. Ils peuvent comprendre les informations suivantes : nom, sexe, numéro de téléphone, état matrimonial, origine ethnique, statut professionnel, nombre d'années depuis l'arrivée au Québec, enregistrements audio.

Tous les renseignements recueillis au cours du projet de recherche demeureront strictement confidentiels dans les limites prévues par la loi. Afin de préserver votre identité et la confidentialité de ces renseignements, vous ne serez identifié(e) que par un prénom fictif. L'information permettant de relier ce prénom fictif à votre dossier de recherche sera conservée par la chercheuse responsable du projet de recherche.

La chercheuse principale de l'étude utilisera les données à des fins de recherche seulement, dans le but de répondre aux objectifs scientifiques du projet de recherche décrits dans ce formulaire d'information et de consentement.

Les données du projet de recherche pourront être publiées dans des revues scientifiques ou partagées avec d'autres personnes lors de discussions scientifiques. Aucune publication ou communication scientifique ne renfermera d'information permettant de vous identifier. Dans le cas contraire, votre permission vous sera demandée au préalable.

Les données recueillies seront conservées, sous clé, pour une période n'excédant pas 6 ans. Après cette période, les données seront détruites. Aucun renseignement permettant d'identifier les personnes qui ont participé à l'étude n'apparaîtra dans aucune documentation.

À des fins de surveillance et de contrôle, votre dossier de recherche pourrait être consulté par une personne mandatée par le Comité d'éthique de la recherche Lettres et sciences humaines, ou par des organismes gouvernementaux mandatés par la loi. Toutes ces personnes et ces organismes adhèrent à une politique de confidentialité.

Initiales du participant : _____

Résultats de la recherche et publication

Les résultats de cette recherche seront publiés dans le cadre d'une thèse de doctorat. Nous préserverons l'anonymat des personnes ayant participé à l'étude.

Surveillance des aspects éthiques et identification du président du Comité d'éthique de la recherche Lettres et sciences humaines

Le Comité d'éthique de la recherche Lettres et sciences humaines a approuvé ce projet de recherche et en assure le suivi. De plus, il approuvera au préalable toute révision et toute modification apportée au formulaire d'information et de consentement, ainsi qu'au protocole de recherche.

Vous pouvez parler de tout problème éthique concernant les conditions dans lesquelles se déroule votre participation à ce projet avec la responsable du projet ou expliquer vos préoccupations à M. Olivier Laverdière, président du Comité d'éthique de la recherche Lettres et sciences humaines, en communiquant par l'intermédiaire de son secrétariat.

Consentement libre et éclairé

Je, _____ (*nom en caractères d'imprimerie*), déclare avoir lu et/ou compris le présent formulaire et j'en ai reçu un exemplaire. Je comprends la nature et le motif de ma participation au projet. J'ai eu l'occasion de poser des questions auxquelles on a répondu, à ma satisfaction.

Par la présente, j'accepte librement de participer au projet.

Signature de la participante ou du participant : _____

Fait à _____, le _____ 201__

Déclaration de responsabilité des chercheurs de l'étude

Je, _____ chercheuse principale de l'étude, déclare que moi-même et ma directrice de thèse sommes responsables du déroulement du présent projet de recherche. Nous nous engageons à respecter les obligations énoncées dans ce document et également à vous informer de tout élément qui serait susceptible de modifier la nature de votre consentement.

Signature de la chercheuse principale de l'étude : _____

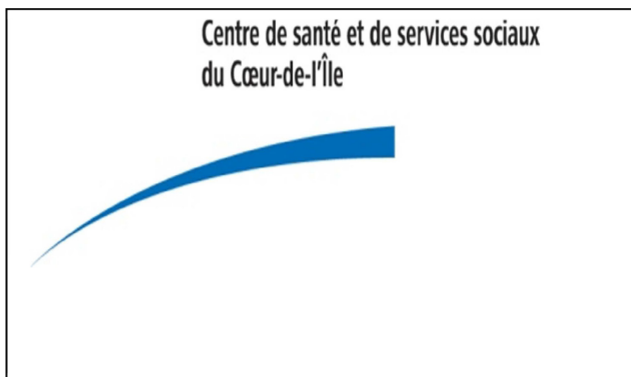
Fait à _____, le _____ 201__



APPROUVÉ – CÉR DU CHUM

DATE : 19 février 2014
INITIALES : CA

Centre de santé et de services sociaux
du Cœur-de-l'Île



FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT

Titre du projet : Les atteintes à l'estime de soi liées à la non-reconnaissance de l'identité professionnelle des immigrants ayant une profession réglementée et ses répercussions sur le projet migratoire

Personne responsable du projet

Nicole Chiasson, professeure et directrice de thèse, Département de psychologie, Université de Sherbrooke.

Étudiante-chercheure

Tania Gholam, candidate au doctorat en psychologie, Université de Sherbrooke

No. Projet : 14.333

Préambule

Nous sollicitons votre participation à un projet de recherche parce que vous êtes une personne ayant quitté votre pays d'origine pour venir vous établir au Québec et ayant une profession réglementée. Cependant, avant d'accepter de participer à ce projet et de signer ce formulaire d'information et de consentement, veuillez prendre le temps de lire, de comprendre et de considérer attentivement les renseignements qui suivent.

Ce formulaire peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles au chercheur responsable du projet ou aux autres membres du personnel affecté au projet de recherche et à leur demander de vous expliquer tout mot ou renseignement qui n'est pas clair.

Nature et objectifs du projet

L'immigration en tant que phénomène dépasse de loin le simple fait de quitter son pays d'origine pour s'installer dans un autre pays. C'est un mouvement qui déclenche tout un processus d'adaptation aux changements majeurs qui touchent les différents aspects de vie de l'immigrant et principalement leur identité, tant individuelle que collective. L'immigrant est habituellement confronté à la non-reconnaissance de son identité professionnelle lorsqu'il cherche à intégrer le marché du travail. Cette confrontation pourrait affecter le sentiment d'identité mais aussi l'estime de soi de l'immigrant qui avait pris sa décision de migrer en fonction des attentes quant au pays d'accueil.

Ce projet vise donc à étudier les atteintes à l'estime de soi liée à la non-reconnaissance de l'identité professionnelle des immigrants ayant une profession réglementée et ses répercussions potentielles sur le projet migratoire. Ceci en s'attardant sur les objectifs suivants :

- 1- identifier les raisons ayant mené au projet migratoire, les attentes et les objectifs personnels, familiaux, professionnels, et les stratégies de préparation qui ont été effectuées;
- 2- décrire les démarches faites pour accéder à sa profession au Québec et, potentiellement, les atteintes cumulées à l'estime de soi en cours de démarches;
- 3- décrire l'impact de la non-reconnaissance de l'identité professionnelle sur la manière dont un immigrant peut se percevoir sur le plan personnel;
- 4- décrire l'impact de la non-reconnaissance de l'identité professionnelle sur la manière dont un immigrant peut se percevoir sur le plan professionnel;
- 5- identifier l'impact potentiel de la non-reconnaissance de l'identité professionnelle sur le projet migratoire.

Nature de la participation demandée et déroulement du projet

Si vous acceptez de participer à ce projet de recherche, après avoir signé le présent formulaire d'information et de consentement, votre participation consistera à rencontrer Tania Gholam, étudiante - chercheure pour :

- compléter une fiche de données sociodémographiques vous concernant (âge, sexe, statut matrimonial, origine ethnique, nombre d'années depuis l'arrivée au Québec, profession et niveau d'éducation, ainsi que le statut d'emploi avant l'immigration et actuellement);
- par la suite, participer à une entrevue individuelle d'environ 60 à 90 minutes, portant sur les atteintes à l'estime de soi liée à la non-reconnaissance de votre identité professionnelle.

Cette entrevue aura lieu dans un local à l'université de Sherbrooke, Campus de Longueuil, ou ailleurs selon votre convenance, en fonction de vos disponibilités, ou même dans le bureau de la chercheuse au CLSC de Villeray. Cette entrevue sera enregistrée en audio pour assurer la fidélité de vos propos lors de l'analyse.

Vous pourriez éventuellement être recontacté(e) pour participer à une seconde entrevue si certains éléments avaient besoin d'être approfondis. Cette seconde entrevue pourra être menée par téléphone si vous le désirez.

Avantages

Il se peut que vous retiriez un bénéfice personnel de votre participation à ce projet de recherche, mais on ne peut vous l'assurer. À tout le moins, les résultats obtenus contribueront à l'avancement des connaissances dans ce domaine.

Risques et inconvénients

Votre participation à la recherche ne devrait pas comporter d'inconvénients significatifs, si ce n'est le fait de donner de votre temps. Au besoin, vous pourrez demander de prendre une pause ou de poursuivre l'entrevue à un autre moment qui vous conviendra. Vous aurez également le droit de ne pas répondre à toutes les questions si vous le désirez.

Il se pourrait, lors de l'entrevue, que le fait de parler de votre expérience vous amène à ressentir des émotions désagréables ou à vivre une situation difficile. Si cela se produit, n'hésitez pas à en parler avec la chercheure. S'il y a lieu, elle pourra vous fournir les coordonnées de l'accueil psychosocial du CLSC de Villeray que vous pourrez consulter en cas de besoin.

Confidentialité

Durant votre participation à ce projet de recherche, l'étudiante-chercheuse ainsi que la directrice de thèse recueillera et consignera dans un dossier de recherche les renseignements vous concernant. Seuls les renseignements nécessaires pour répondre aux objectifs scientifiques de ce projet seront conservés.

Ces renseignements peuvent comprendre les informations suivantes : nom, sexe, numéro de téléphone, état matrimonial, origine ethnique, statut professionnel, nombre d'années depuis l'arrivée au Québec, enregistrements audio.

Tous les renseignements recueillis au cours du projet de recherche demeureront strictement confidentiels dans les limites prévues par la loi. Afin de préserver votre identité et la confidentialité de ces renseignements, vous ne serez identifié(e) que par un numéro de code. La clé du code reliant votre nom à votre dossier de recherche sera conservée par l'étudiante-chercheuse.

L'étudiante-chercheuse ainsi que la directrice de thèse utiliseront les données à des fins de recherche seulement, dans le but de répondre aux objectifs scientifiques du projet de recherche décrits dans ce formulaire d'information et de consentement.

Les données du projet de recherche pourront être publiées dans des revues scientifiques ou partagées avec d'autres personnes lors de discussions scientifiques. Aucune publication ou communication scientifique ne renfermera d'information permettant de vous identifier. Dans le cas contraire, votre permission vous sera demandée au préalable.

Les données recueillies seront conservées, sous clé, pendant 5 ans après la fin de l'étude par l'étudiante-chercheuse. Après cette période, les données seront détruites.

À des fins de surveillance et de contrôle, votre dossier de recherche pourrait être consulté par une personne mandatée par le Comité d'éthique de la recherche du CHUM qui agit au nom du CSSS Cœur-de-l'Île en vertu d'une entente de délégation, ou par l'établissement, ainsi que par une personne mandatée par des organismes publics. Toutes ces personnes et ces organismes adhèrent à une politique de confidentialité.

Vous avez le droit de consulter votre dossier de recherche pour vérifier les renseignements recueillis, et les faire rectifier au besoin, et ce, aussi longtemps que l'étudiante-chercheuse ou l'établissement détiennent ces informations. Cependant, afin de préserver l'intégrité scientifique du projet, vous pourriez n'avoir accès à certaines de ces informations qu'une fois votre participation terminée.

Participation volontaire et possibilités de retrait

Votre participation à ce projet de recherche est volontaire. Vous êtes donc libre de refuser d'y participer. Vous pouvez également vous retirer de ce projet à n'importe quel moment, sans avoir à donner de raisons, en faisant connaître votre décision à la chercheuse responsable du projet ou à l'étudiante-chercheuse.

Votre décision de ne pas participer à ce projet de recherche ou de vous en retirer n'aura aucune conséquence sur votre relation avec la chercheuse responsable du projet et l'étudiante-chercheuse.

L'étudiante-chercheuse ainsi que la directrice de thèse ou le comité d'éthique de la recherche du CHUM (qui agit au nom du CSSS Cœur-de-l'Île en vertu d'une entente de délégation) peuvent mettre fin à votre participation, sans votre consentement, si de nouvelles découvertes ou informations indiquent que votre participation au projet n'est plus dans votre intérêt, si vous ne respectez pas les consignes du projet de recherche ou s'il existe des raisons administratives d'abandonner le projet.

Si vous vous retirez ou êtes retiré(e) du projet, l'information déjà obtenue dans le cadre de ce projet sera conservée aussi longtemps que nécessaire pour rencontrer les exigences réglementaires. Les enregistrements audios seront détruits au retrait du participant.

Toute nouvelle connaissance acquise durant le déroulement du projet qui pourrait affecter votre décision de continuer d'y participer vous sera communiquée sans délai verbalement et par écrit.

Indemnisation en cas de préjudice et droits du participant à la recherche

Si vous deviez subir quelque préjudice que ce soit en raison de votre participation à l'étude, vous recevrez tous les soins et services requis par votre état de santé, sans frais de votre part.

En acceptant de participer à cette étude, vous ne renoncez à aucun de vos droits ni ne libérez les chercheurs ou l'établissement de leurs responsabilités légales et professionnelles.

Compensation

Vous ne recevrez aucune compensation financière pour votre participation à cette étude. Cependant, nous vous rembourserons vos frais de déplacement jusqu'à un maximum de 20 \$. Et ceci sur présentation des billets en cas de transport en commun, ou le

kilométrage effectué afin de vous rendre à destination. Le km sera calculé selon les barèmes du MSSS ou les coûts de transport en commun en vigueur.

Communication des résultats

Vous pourrez connaître les résultats généraux de cette étude si vous en faites la demande à la chercheuse responsable et l'étudiante-chercheuse à la fin de l'étude.

De plus, les résultats de cette recherche seront publiés dans le cadre d'une thèse de doctorat à l'Université de Sherbrooke.

Personnes-ressources

Si vous avez des questions concernant le projet de recherche ou si vous éprouvez un problème que vous croyez relié à votre participation au projet de recherche, vous pouvez communiquer avec la directrice de thèse ainsi que l'étudiante-chercheuse aux numéros suivants :

- Nicole Chiasson, Université de Sherbrooke, directrice de thèse.
- Tania Gholam, candidate au doctorat en psychologie.

Pour toute question concernant vos droits en tant que sujet participant à ce projet de recherche ou si vous avez des plaintes ou des commentaires à formuler vous pouvez communiquer avec la commissaire local aux plaintes et à la qualité des services du CSSS Cœur-de-l'Île.

Surveillance des aspects éthiques

Le Comité d'éthique de la recherche du CHUM, qui agit au nom du CSSS Cœur-de-l'Île en vertu d'une entente de délégation, a approuvé ce projet de recherche et en assure le suivi. De plus, il approuvera au préalable toute révision et toute modification apportée au formulaire d'information et de consentement, ainsi qu'au protocole de recherche.

CONSENTEMENT

Avant de signer et dater le présent formulaire de consentement, j'ai reçu des explications complètes sur les méthodes et les moyens qui seront utilisés dans ce projet de recherche ainsi que sur les désagréments et les risques qui pourraient y être associés.

J'ai lu et j'ai eu suffisamment de temps pour comprendre pleinement les renseignements présentés ci-dessus concernant cette étude. J'ai eu l'occasion de poser toutes mes questions et on y a répondu à ma satisfaction. Je suis libre de poser d'autres questions à n'importe quel moment. J'accepte de plein gré de signer ce formulaire de consentement. Je recevrai un exemplaire de ce formulaire après l'avoir signé et daté. En apposant ma signature sur ce formulaire, je ne renonce cependant à aucun de mes droits légaux ni ne libère les chercheurs et l'établissement de leur responsabilité civile et professionnelle.

Nom et signature du (de la) participant(e) à la recherche

Date

Signature de la personne qui a obtenu le consentement, si différente de la chercheuse responsable du projet de recherche

J'ai expliqué au (à la) participant(e) à la recherche les termes du présent formulaire d'information et de consentement et j'ai répondu aux questions qu'il (elle) m'a posées.

Nom et signature de la personne qui obtient le consentement

Date

Engagement de la directrice de thèse

Je certifie qu'on a expliqué au (à la) participant(e) à la recherche les termes du présent formulaire d'information et de consentement, que l'on a répondu aux questions que le(la) participant(e) à la recherche avait à cet égard et qu'on lui a clairement indiqué qu'il(elle) demeure libre de mettre un terme à sa participation.

Je m'engage, avec l'équipe de recherche, à respecter ce qui a été convenu au formulaire d'information et de consentement et à en remettre une copie signée et datée au (à la) participant(e) à la recherche.

Nom et signature de la directrice de thèse

Date

Signature d'un témoin**OUI** ☐ **NON** ☐

La signature d'un témoin est requise pour les raisons suivantes :

☐ Difficulté ou incapacité à lire - La personne (témoin impartial) qui appose sa signature ci-dessous atteste qu'on a lu le formulaire de consentement et qu'on a expliqué précisément le projet au (à la) participant(e), qui semble l'avoir compris.

☐ Incompréhension de la langue du formulaire de consentement - La personne qui appose sa signature ci-dessous a fait fonction d'interprète pour le ou la participant(e) au cours du processus visant à obtenir le consentement

Nom (en lettres moulées)

Signature du témoin

Date

Veillez noter

Il faut consigner dans le dossier de recherche du (de la) participant(e), le cas échéant, d'autres renseignements sur l'aide fournie au cours du processus visant à obtenir le consentement.

Appendice C

Fiche de données sociodémographiques

Fiche de données sociodémographiques

Veuillez s'il vous plait répondre aux questions qui suivent

- Âge : _____ ans
- Sexe : Femme ☐ Homme ☐
- Situation matrimoniale :
Célibataire ☐ En couple ☐ Séparé(e) / divorcé(e) ☐ Veuf (ve) ☐
- Origine ethnique: _____
- En quelle année êtes-vous venu vous installer au Québec? _____
- Quelle est la nature de votre formation professionnelle?

Domaine : _____

Diplôme de formation professionnelle ☐ Diplôme d'études universitaires ☐

1^{er} cycle ☐ 2^e cycle ☐ 3^e cycle ☐

- Emploi que vous avez exercé dans la période qui précédait l'immigration :

- Est-ce que vous travaillez actuellement?

Oui ☐ Non ☐

- Si oui, quel est votre emploi actuel? _____

Appendice D

Canevas d'entrevue

Canevas d'entrevue

Vous savez que ma recherche porte sur les atteintes à l'estime de soi liées à la non-reconnaissance de l'identité professionnelle des immigrants. Le concept d'estime de soi réfère au regard qu'on peut porter sur soi-même, notre sentiment de valeur, de compétence, de confiance en soi. C'est ce que je vais explorer avec vous : comment les difficultés liées à l'obtention du permis de pratiquer votre profession peuvent ou non vous avoir affecté dans votre sentiment d'appréciation à l'égard de vous-même. Bien sûr, dans ce type d'entrevue, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Ce qui est important pour moi, c'est d'avoir accès à votre expérience personnelle, telle que vous l'avez vécue, et la vivez encore aujourd'hui. Mon rôle, c'est de vous aider à porter un regard sur cette expérience, et que vous vous sentiez à l'aise de m'en parler ouvertement.

J'aimerais bien commencer l'entrevue en vous posant quelques questions sur votre profession et les raisons de votre immigration au Québec. Par la suite, je vais vous demander de me parler des démarches que vous avez faites afin de pouvoir exercer votre profession au Québec et l'impact de tout ce processus sur votre estime de soi ainsi que sur votre projet migratoire.

(S'assurer que la personne comprend bien et qu'elle est prête à poursuivre.)

Question d'ouverture

- 1- Je vois (selon les données fournies dans la fiche des données sociodémographiques) que vous avez une formation en xxxxxxxxxxxxxx, avec un diplôme xxxxxxxxxxxx. Parlez-moi un peu de cette formation : nombre d'années, s'il y avait ou non un volet pratique à votre formation, des stages...

Questions préliminaires

- 2- Avez-vous exercé votre profession en (pays d'origine du participant)? Pendant combien de temps et à quel endroit (employeur)?
- 3- Il y a x années (selon l'information fournie dans la fiche des données sociodémographiques), vous avez immigré au Québec. Quelles sont les raisons pour lesquelles vous avez décidé d'immigrer?

Sous questions si nécessaire :

- Comment s'est prise la décision de migration?
 - Quelles étaient les motivations qui étaient à la base d'une telle décision?
 - Quelles attentes aviez-vous en général par rapport au pays d'accueil?
 - La décision de migrer était-elle personnelle, du couple ou familiale?
 - Les démarches que vous avez adoptées pour préparer votre départ?
- 4- Quelles attentes aviez-vous au sujet de la possibilité d'exercer ou non votre profession à votre arrivée au Québec?
 - Quelle information aviez-vous à ce sujet?

Questions-clés

- 5- Quelles sont les démarches que vous avez faites pour pouvoir travailler dans votre profession?
 - Combien de temps ces démarches ont-elles duré?
- 6- Comment les différentes démarches vous ont-elles affecté, tant sur le plan professionnel que sur le plan personnel?
 - Avez-vous constaté un changement dans votre façon de vivre ces démarches, par exemple sur le plan de votre motivation, de votre estime envers vous-mêmes, de vos relations avec la société d'accueil ou avec votre entourage...

- 7- Comment vous vous percevez maintenant sur le plan personnel, compte tenu des difficultés d'accès au permis de pratique de votre profession?
- Une explication et des illustrations à l'aide d'exemples seront demandées.
- 8- Comment vous vous percevez maintenant sur le plan professionnel, compte tenu des difficultés d'accès au permis de pratique de votre profession?
- Une explication et des illustrations à l'aide d'exemples seront demandées.
- 9- Cette difficulté d'accès au permis de pratique a-t-elle eu un impact sur votre projet migratoire?
- Avez-vous remis en question vos raisons d'immigrer, vos attentes ou vos objectifs, aussi bien sur le plan personnel que professionnel?
- 10- Y a-t-il autre chose que vous souhaitez ajouter?